ليس ولدي...

الأطفال والمخدرات

دليل الأسرة إلي الأبناء والمخدرات

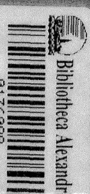


تأليف

بث بولسن الدكتور ميلرنيوتن

ترجمة

الدكتور / صبري محمد حسن





ليس ولدي

الأطفال والمخدرات

دليل الأسرة إلى الأبناء والمخدرات

ليس ولدى ...

الأطفال والمخدرات

دليل الأسرة إلى الأبناء والمخدرات

تأليف

بث بولسون   الدكتور ميلر نيوتن

ترجمة

الدكتورا صبرى محمد حسن



ص. ب: ١٠٧٢٠ - الرياض: ١١٤٤٣ - فاكس: ٤٦٥٧٩٣٩
المملكة العربية السعودية - تلفون ٤٦٥٨٥٢٣ - ٤٦٤٧٥٣١

ردمك : ٨ - ٤٥٩ - ٢٤ - ٩٩٦٠



المحتويات

رقم الصفحة

رقم الصفحة

مقدمة الترجمه

كتاب *"الأطفال والمخدرات"* ليس فقط من الكتب التى راحت ولازالت تدق نواقيس خطر تعاطى المخدرات والإدمان وإنما هو أيضا دراسة ميدانيه جسوره قام بها والدان، أب وأم، يحملان أعلى الدرجات العلميه في مجال علاج الإدمان وإعادة تأهيل المدمنين. والدان اكتشفا أن طفلهما أدمن المخدرات وانخرد مع من يتعاطونها.. وراح يتشبه بهم شكلا ومظهرا.. ويفعل مايفعلون مضمونا ومخبرا.

وجن جنون الوالدين، من منطلق معرفتهما بالأخطار والمحاذير والمآل الذي يمكن أن يؤول إليه فلذة كبدهما في النهاية..

ويستنفر شبح هذه الأخطار والمحاذير، في هذين الوالدين في الأسرة كلها كل قواهم الأبويه في المقام الأول وقواهم العلميه في المقام الثاني أملاً في تخليص طفلهما مما حاق به وانتزاعه من براثن الإدمان وإخراجه من مجال الخبائث والدخول به من جديد إلى مجال الطيبات.

ويقر الوالدان في البدايه، مشكله ولدهما ويعترفان بها ويبدءان مسلسلا للتضحيات إذ يغير الوالد محل عمله حتى يكون إلى جوار ولده الطفل في مركز علاج الإدمان الذي أدخل ولده إليه. وتفعل الأم الشيئ نفسه طمعاً في تخليص ولدها مما ألّم به.

وفي خضم هذا الهَمّ، لم تغب عن ذهن هذين الوالدين بقية تلك الشريحه من البشر -الأطفال- التى ينتمى إليها ولدهما... الأمر الذي جعلهما يوسعان دائرة اهتمامهما لتشمل الذكور والإناث، في تلك الشريحه بمراحلها السنية المختلفة حتى سن الخامسة عشره.

ويبذل الوالدان العالمان جهداً خارقاً، استهدافا منهما لإخضاع المشكلة التى كانا يواجهانها ويتطلعان إلى حلها، للدراسة العلميه

التطبيقية المتأنيه. ويخردان لنا في النهاية، لهذه الدراسة الرائعة، التى تتناول مشكلة الإدمان وتعاطي المخدرات بين الأطفال تناولا شخصيا وعلاجيا من واقع خبره ميدانيه مستفيضه اكتسباها من الجنسين، البنين والبنات.

وراح هذان الوالدان بدءًا من اكتشاف تعاطي ولدهما المخدرات ومرورا بتشخيص هذا الإدمان والوقوف على أسبابه ومسبباته وانتهاءًا بالعلاج، راح هذان العالمان يخضعان هذه الأمور كلها لمعطيات العلم وأحدث مكتشفاته في هذا المجال الجديد من مجالات العلاج، مستهدفين من ذلك إنارة عقول وقلوب وأرواح هؤلاء الأطفال المدمنين حتى يتخلصوا من إدمانهم ويعودون بشرا سويا.

الدكتور/ صبرى محمد حسن

شكر وتقدير

نتقدم بالشكر لكل من الدكتور بل Bill والدكتور بوب Bob ولكل هؤلاء الجنود المجهولين الذين يعملون فى مجال الكحوليات، أشكرهم على اكتشافهم لقوانين هذا المرض العضال واكتشافهم أيضا لطريق الشفاء والبرء منه. كما نتقدم أيضاً بالشكر إلى كل من إى. م. جيلنك وفيرنون جونسون Vernon Johnson لأبحاثهما الرائدة فى مجال مراحل الإدمان.

كما نتقدم بالشكر أيضا للسيده بافكوفيك لإخلاصها وصبرها فى طباعة هذه المخطوطه على الآلة الكاتبة.

كما نتقدم بالشكر أيضا إلى كل من ليندا ايفانز، جودى كيكلتر Kickliter وجودى ردوبينو لمساعدتهم لنا فى كتابة المخطوطه فى ظروف غريبه وأماكن غريبه أيضا.

كما نتقدم بالشكر أيضا إلى جميع الاختصاصيين وكبار المستشارين على مساعدتهم لنا فى «قائمة مصطلحات المخدرات المبتذلة المستعمله بين الأبناء» وعلى المعلومات التى قدموها لنا عن الأطفال الذين يقعون فى شرك المخدرات وعن الأسر التى تشفى من هذا المرض.

كما نتقدم بالشكر أيضا للسيد/ فرانك كوبر الذى حول الفكرة إلى حقيقه.

بقلم

الدكتور ميلر نيوتن

***

في إحدى ليالي شهر مارس من العـام ١٩٧٩ الميـلادي، عـاد مـارك الذي كان قد بلغ الخامسة عشر من العمـر إلىالمنزل وهـو يـترنح مخمـوراً. وأصيبت العائلة بصدمة جراء ذلك- والمضحك، أنـي فـي ذلـك الوقـت كنـت أشغل منصب المدير التنفيذي في رابطة برامج معالجة الكحوليات فـي ولايـة فلوريدا ، في حين كانت زوجتي ، روث آن ، مستشاراً في وكالة العلاج مـن الكحوليات في مدينة تامبا بولاية فلوريـدا أيضـاً. كـان مـارك أصغـر أطفالنـا الثلاثة. وكان أخوه الأكبر، ميلر، يبلغ من العمر تسعة عشر عاماً ، في حيـن كانت أخته جوهانا تبلغ من العمر عشرين عاماً . كان ميلر وجوهانا بصحـة جيدة ، وعاديين ويحققان تقدما في دروسهما.

واجتمعت الأسرة لمناقشة تلك الأزمة التي زعمنا أنهـا تجربـة مـارك الأولى مع الكحول. وفي صبيحة اليوم التالي، حاولنا، دون غضب أو أحكـام أخلاقيـة، أن نقدم لمـارك معلومـات عـن نظريـة الكحـول فـي عائلتنـا وعـن الأخطـار التي تنطوي عليها المواد التي تغير الحالة النفسيه عند المراهقيـن . وبدأنا كأسرة، نراقب سلوك مارك مراقبة لصيقة . لقد كنا ننظر إلـى أنفسـنا باعتبارنا عائلة لديهـا توازنـاً بيـن كـل مـن الإشـراف الصـارم والنتـائج التـي تترتب عليه والرعاية والإنشغال بنشاطات الأطفال.

كان مارك صبياً مهماً يكشف عن تناسق بدني غير عادي ، كما كانت عقليته من النوع الألمعي الذي يتساءل عـن كـل شئ. كـانت لديـه اهتمامـات قوية بعلم الأحياء البحرية وغطس الإسكوبا (فقد حصل علـى شـهادة غـاطس وهو في سن الحادية عشره) ومقاومة الرياح. كان مهتماً تماماً بصحته، كمـا كان ينتقد الطعام السئ الذي يتناوله أقاربه الذين كانوا يكبرونه سناً. كان يبدو لنا وكأنه في "مأمن"، لايشغل نفسه سوى بـالتدريب والعيـش النظيـف. وجـاء أول حادث سكر بمثابة لطمة من لطمات الواقع للأسرة. وعندما بدأنا نراقب مجيئه وخروجه، ونشاطاته ومظهره، وأصدقائه، وواجباته المدرسيه مراقبـة لصيقه، بدأ الشـجار يتزايـد داخـل الأسـرة. وزاد قلقنا وخوفنا عليه.

وبعد ذلك بشهرين ظهر حادث السكر الثاني على شكل ثورة من العنف البدني – وفي أسرة لم تعرف العنف البدني ولا العنف مطلقاً. إذ فقد مارك سيطرته على نفسه مع أخيه وترتب على ذلك أن لوح لأخيه مهدداً. وقد أسفر هذا الحادث عن عقد مؤتمر الأسرة في مكتبتي في اليوم التالي، إعترف مارك خلاله والدموع تنهمر من عينيه أنه جرَّب شراباً مسكراً Pot واتفقت الأسرة على الإلتزام بحد أدنى للتعامل مع مارك إذا ماستمر في استعمال المشروبات الروحية أو المشروبات المسكرة. وكانت الشهور التي أعقبت ذلك بمثابة إشراف عائلي لصيق على مارك. وقد قسمنا خطتنا إلى مائة وأربعين منزلاً في المنطقة الريفية. وكان من السهل علينا مراجعة الأماكن التي كان يتردد عليها. وتحتم عليه أن يعود إلى المنزل عند الساعة التاسعة مساء باستثناء عطلة نهاية الأسبوع التي كان يتأخر وصوله إلى المنزل خلالها إلى الساعة الحادية عشرة مساءً. وقام كل منا نحن الأربعة – روث أن والإبنان الآخران وأنا معهم – بما لايقل عن أربع رحلات إلى المناطق المجاورة لمراجعة الأماكن التي كان مارك يتردد عليها كل ليله.

ومضى الحال على هذا المنوال طيلة أربعة أشهر. زاد خلالها التوتر – كما زاد أيضاً جدل مارك وتماحكه. وتدهور تواصل الأسرة طوال تلك الفترة. وفي مساء ليلة الأحد، الموافق الثالث والعشرين من شهر سبتمبر، الليلة التي كانت توافق عيد ميلاد مارك العشرين، لم يكن في المكان الذي كان مفترضاً أن يكون فيه في إحدى المهام التي كان يتعين إنجازها في فترة المساء. وعثرنا عليه مع مجموعة من الصبيه في سيارة كانوا يتجولون بها في المناطق المجاورة واستدعيناه إلى المنزل بعد ذلك مباشرة بسبب عدم ولائه وإخلاصه. وأغلق بابه بعنف ، وخيم صمت نكد، وانبعث من خلف الباب صوت موسيقى الروك العالي ، في الوقت الذي كنت أنا وأخوه وأمه نناقش أمره مرة أخرى. ثم نام مارك. وعندما دخل ميلر الغرفة عند الساعة الثانية عشرة والنصف مساءً، لاحظ وهجاً من الضوء ينعكس عن جسم معدني موضوع فوق مكتب مارك. وتحول ذلك الضوء إلى غليون لتناول المسكر. وقمنا بتفتيش الغرفة وعثرنا فيها على معدات وآلات شخصيه، العديد من المخبآت* Stashes من المسكر وشواهد على مخدرات أخرى. كانت الحقيقه أسوأ من ذلك. فقد كنا نعيش شكلاً من أشكال الفنتازيا

* المخبآت : مصطلح مبتذل يطلقه مدمنوا المخدرات ومتعاطوها على مقدار مخبأ من أي نوع من المخدرات . راجع قائمة مصطلحات المخدرات (المترجم).

عندما حاولنا السيطرة على سلوكه وضبطه. وعندما اعترف مارك أنه جرب المسكر، فقد كان يدخن الغليون بمعدل أربعه إلى خمسة أيام في الأسبوع. بل إنه عند هذا الحد كان قد انتقل من تدخين الغليون المعتاد إلى استعمال البيرة وكذلك استعمال الأقراص من حين لآخر، كما كان يستعمل المنشطات والمثبطات أيضاً. ومع ذلك كانت روث آن وأنا نعملا في مجال علاج إساءة استعمال الكيمياويات. لقد حدث كل ذلك رغم أنفنا، ومع ذلك، لم نرى من ذلك شيئاً، شأننا في ذلك شأن كل الآباء وأولياء الأمور. وبعد ذلك بثلاثة أيام، ووفاءً بوعود الحد الأدنى من المعاملة التي قطعناها على أنفسنا، أشركنا مارك في برنامج لتأهيل المراهقين في مدينة سينت بيترزبيرج.

وصلتُ أول مرة بصحبة آن روث إلى مقر برنامج تأهيل المراهقين مساء يوم الإثنين بعد إلقاء القبض bust على إبني مارك. وبقلبين مكلومين، أكثرمن الخوف انهمرت دموعنا على خدودنا عندما كنا نستمع إلى الأطفال الآخرين وهم يروون حكايات استعمالهم المخدرات ويتحدثون عن سلوكهم – الذي كان يشبه سلوك مارك إلى حد كبير – كما استعمنا أيضاً إلى أولياء الأمور وهم يشاركون أطفالهم مشاعرهم، كما سمعنا الأطفال وهم يتحدثون عن التغييرات التي بدأت تطرأ على حياتهم-كان من الواضح أن مبنى برنامج العلاج مكانا تحدث فيه المعجزات. كان المكان من النوع الذي يهيئ للصغار فرصة الرجوع عن السلوك والإنسحاب من المشاعر التى تصاحب استعمال المخدرات وتعاطيها. كما كان المبنى يعاون الأسر على استعادة الابتسامة مرة ثانيه.

إنضم مارك إلى البرنامج في اليوم السادس والعشرين من شهر سبتمبر من العام ١٩٧٩. ثم انضممت أنا بدوري بعد ذلك بأربعة أشهر إلى هيئة العاملين بذلك البرنامج. وتعاملت أنا بنفسي، خلال الشهور التي أعقبت ذلك مع ثلاثة آلاف من هؤلاء الصبية الصغار ومع عائلاتهم، وكان كل هؤلاء الصغار متورطين في تعاطي المخدرات.

لقد بلغ مارك من العمر حالياً عشرين عاماً. وتخلص من المخدرات ومن تعاطيها منذ أربع سنوات على وجه التقريب، ويعمل دواماً كاملاً، وهو ملتحق بالكلية، كما تراوده أحلام وتطلعات الشاب اليافع الكبير، العادي صحيح البدن.

ومع ذلك فقد بدأت ، أيام أن كان مارك مشتركا في برنامج التأهيل، في تعلم بعض الأشياء. أولاً؛ عرفت الطريقه التي يتورط الصغار بها في تعاطي المخدرات من خلال تأثير أقرانهم الكبار. وعرفت أيضاً الطريقة

المنظمة التي يتبعها الصغار في الإنتقال من مرحلة من مراحل التعاطي إلى المرحلة الأسوأ التي تليها، كما عرفت أيضاً كيف يتدهور سلوكهم وتمرض مشاعرهم. كما عرفت كيف دفعتني احتياجاتي الخاصة بوصفي والداً، إلى إنكار تزايد تورط ولدي في تعاطي المخدرات – إذ لم أكن أرغب أن تصبح كفايتي كوالد مثاراً للتساؤل والقيل والقال. وللحقيقة فإن إنكارى هو الذي عاون ولدي على أن يحجب عني تعاطيه المتزايد للمخدرات وتدهور أسلوب حياته. وقد وافقت أنا بدوري، من جانبي، على بعض السلوكيات التي ***عاونت*** مارك على استعمال المخدرات، تلك السلوكيات التي أطلقت عليها اسم "التمكين". كما تعلمت الكثير أيضاً من غموضي الخاص بصفتي كبيراً، كما تعلمت أيضاً من تكافؤ الضدين في دوري كوالد – هل أكون هيناً ليناً مع ولدي أم شخصيه متسلطه. ومع تغير دوري من الوالد إلى عضو هيئة العاملين في البرنامج، بدأت العمل مع عائلات أخرى، تفهمت من خلاله العمليه المَرَضِيّه لدى أطفالهم، كما تداولت معهم في مسألتي الإنكار والتمكين، وأخيراً بناء ثقتهم بأنفسهم من جديد بوصفهم آباءً. وقد وضعتنا التجربه المشتركه بيننا بوصفنا آباء لأطفال يعانون مشكلة المخدرات، على أعتاب علاج تلك المشكله. وقد تمكنا بفضل العلاج نفسه من العودة إلى الواقع، واستعادة الصحة والسلامة.

وتعد معجزة بعث مارك من الموت إلى الحياه مرة ثانيه بفضل برنامج العلاج وشفاء عائلتنا بكاملها على أثر ذلك، موضوعاً وأساساً لهذا الكتاب الذي بين أيدينا. وابتغاء لاستعادة مارك لعافيته وصحته انضمت روث آن وأنا إلى هيئة العاملين بالبرنامج باعتبار ذلك إلتزاماً منا واعترافاً بالجميل. وبعد ذلك، وبناء على دعوة وجهت إلينا من وليّ أمر شاكر للجميل قمنا بمساعدة ولده، غادرنا سينت بيترزبيرج في ولاية فلوريدا قاصدين المنطقة العالميه في نيويورك، وأنشأنا فيها مركزاً لعلاج الصغار المدمنين، وأطلقنا عليه اسم مؤسسة أبناء مقاطعة بيرجن. ونحن بدورنا ممتنون لمارك ومدينين له إذ أنه هو الذي كان سبباً في توفير هذا النوع من العلاج لأسر جديدة في منطقة جديدة من هذه البلاد.

ويعد هذا الكتاب محاولة أوسع لاقتسام ماتعلمناه من عملية علاج ولدنا من تعاطي المخدرات وشفائه منها وما تعلمناه أيضاً من العملية نفسها أثناء تعاملنا مع أسر أخرى كثيره تعاني من المشكله ذاتها. وأنا أتطلع أن يساعد مضمون هذا الكتاب على تخليص أسر أخرى كثيرة من مشكلة تجريب المراهقين للمخدرات واستعمالهم لها، تلك التجربة المخيفة، التي تنفطر لها القلوب وتتقطع لها الأحشاء، كما أتطلع أيضاً إلى أن يُعِيَن هذا

الكتاب تلك الأسرة التي تورط أطفالها في المخدرات على اتخاذ موقف واع من هذه المشكلة، لعلاجها وتحويل دموعها إلى ابتسامه – مثلما فعلنا نحن.

مقدمة

بقلم

بيث بولسون

***

تعاطي المخدرات أمريكي تماماً ، لايميز بين جنس وآخر ، وله شقان فهو يتسلل الى بيوتنا ويُبكي أسرنا وحدها . ونظراً لعدم تشككنا، فإنه يخرج عن مجال سيطرتنا قبل أن نفعل إزاءه أي شئ.

بناتنا جميلات ومشهورات إنهن ملكات البيوت المنتظرات كما أنهن محررات في الصحف المدرسية. وعليه نظن أنهن في مأمن من المخدرات. وهذا ليس صحيحاً.

إن ذلك هو الذي حدى بي إلى وجودي هنا . فأنا مثلكم تماماً. لقد ظننت أيضاً أننا في مأمن من ذلك. إن ما يحتاجه الطفل اليوم هو إحترام الذات ، فهل توافقوني على ذلك ؟ الطفل بحاجة إلى ما يجعله يحترم ذاته ويقدرها. إنه بحاجة إلى حياه منزليه مستقرة. وهنا يسير كل شئ على ما يرام. وهذا خطأ.

أنا صحفية– أعيش في ضاحية من ضواحي المدينة – أعمل في صناعة الترفيه والتسليه. وكنت أظن أن الأطفال الذين يتعاطون المخدرات هم أطفال المشكلات. كنت أحسب أن هؤلاء الأطفال هم نتاج الأزواج والزوجات المطلقات، أو على أقل تقدير، هم نتاج أب يعمل وأم تعمل أيضاً. كنت أحسب أن الأطفال الذين يتعاطون المخدرات كانوا يطلقون شعورهم "وتدل ملامحهم على عزلتهم وتضررهم".

ثم قمت بعد ذلك بإنتاج فيلم وثائقي اسمه "الاستقامة" لحساب ادارة الأخبار في اتحاد الإذاعة الوطنية. وبعد ذلك الفيلم اكتشفت مدى الخطأ الذي وقعت فيه. لقد اكتشفت أن مالا نعرفه هو السبب الرئيسي الذي يقتل أطفالنا.

الأطفال في أيامنا هذه لا "يجربون" الماريوانا وحسب، إنهم يسكرون أنفسهم بإستعمال كل شئ بدءاً من مخدر الريد Raid وانتهاء بأكياس

الشاي*، زد على ذلك أن متعاطي المخدرات يفعلون كل شئ بدءاً بسرقة النقود من حافظة نقود الوالده وانتهاءً بالتحول إلى ممارسة الدعارة طلباً لشراء المخدرات.

فلنحرص جميعاً، إن هؤلاء الأبناء ليسوا من طلبة المدارس الثانوية وطلبة الجامعات- إن المخدرات يجري تعاطيها في المدارس الإعداديه وفي المدارس الابتدائيه أيضاً في كل أنحاء هذه البلاد.

صبي يبلغ الثانية عشر من العمر مصاب بالنمش يشترك في إعلان تجاري عن الكورنفليك يصرح بأنه كان يبيع الحمض** ويشتريه في المدرسة.

وهذه فتاة صغيره جميله شعرها مثل ذيل الحصان تُركّب شكالاً في أسنانها تصرح بأنها تتسلل أثناء الليل من نافذة غرفة نومها لتلتقي بأصدقائها طلباً للسكر والثمول ثم تعود بعد ذلك.

فتاة أخرى، لم تتجاوز الثانية عشر من العمر، تقول أنها تتعاطى المخدرات منذ أن بلغت السادسة من العمر.

صبي يبلغ من العمر خمسة عشر عاماً يلتقي بصديقه طلباً للسكر والثمول إنهما لايتعاطيا الماريوانا ولا الكوكائين ولا الـ لسدْ *** LCD . لقد ملاً هذه الأصناف ويريدان أن يجربا أنواعاً أخرى. إنهما يتسللان إلى دور الجنازات ويسرقون منها سوائل تحنيط الجثث. أراهن إن كنت تعرف أن المقدونس يُسْكر بعد أن يُغْمَسَ في سائل التحنيط ، أليس كذلك؟

إن هذا البلد يقع فيه حادث سرقه كل ثمانية ثواني، والجزء الأكبر من هذه السرقات يرتكبه الصبيه مدمنوا المخدرات. يبدأ هؤلاء الصبيه بالسرقه من آبائهم . وهم في بداية الأمر، يسرقون النقود من حافظات نقود الأمهات. ثم يبدأ بعد ذلك مسلسل اختفاء الأشياء من المنزل- آلة تصوير،

---

* المقصود بالشاي هنا هو ذلك المصطلح المبتذل الذي يطلقه متعاطو المخدرات على مخدر يظنون أنه دلتا ٩ THC في حين أنه ليس سوى بسبب PCP- (المترجم) للمزيد عن هذه المصطلحات راجع قائمة مصطلحات المخدرات في آخر الكتاب.

** مصطلح مبتذل للدلالة على حمض الدائيلاميد أو للدلالة عل الحمض باعتباره مخدراً شبه صناعي يجلب الهلوسة ويترتب على تعاطيه حدوث الكثير من اشكال الهلوسة (المترجم).

*** مصطلح مبتذل يدل على ثايلاميد حمض الليسرجيك LCD ، وهو مادة مخدرة نصف مصنعه يترتب على تعاطيها حدوث الهلوسة (المترجم).

راديو – ساعة، كل ما يستطيع أن يبيعه هؤلاء الصبيه. النقود السريعه، تعني سهولة السكر والثمول. يلي ذلك سرقة المعروضات من معارض المعدات الحديثه، أو من الأسواق المركزية أو من محلات البقالة الموجودة في المنطقة. يلي ذلك السرقه من منازل الجيران. ثم بعد ذلك سرقة منازل الغرباء – منزلك أو منزلي.

تحاول الحكومة وقف تدفق المخدرات على هذا البلد . ولكنها لم تفلح في هذا الصدد. فالمخدرات في المتناول ومتيسره. انها متوفرة طواعية واختياراً. ويُقدَّرُ عدد متعاطي المخدرات فيما بين اثنى عشر وسبعة عشر عاماً بحوالي أربعة ملايين يتعاطون المخدرات بصفه دوريه. وهناك ثلاثة ملايين ونصف المليون نسمة يعانون من مشكلات المشروبات الروحيه. ولكن هل هناك ما ينبغي على الأسرة عمله لمساعدة الأطفال على التغلب على تأثير أقرانهم الكبار عليهم في تعاطي المخدرات، من ناحية التعرض المستمر ومن ناحية الاقناع ومن ناحية الرسالة المجتمعيه التى مفادها "طلب الانتعاش"؟

هذا هو الهدف من هذا الكتاب: تقديم وعرض فهم كامل لنا بوصفنا آباءً، عن مشكلة المخدرات التي قد توجد في منازلنا ، إن هذا الكتاب يهدف إلى تعليمنا طريقة التعامل مع مشكلة المخدرات، وتهيئة الفرصة للأسرة كي تستأنف عملها من جديد؛ كما يهدف هذا الكتاب إلى إطلاعك على ما تعلمته من عملية التوثيق والأفلام الوثائقيه، وما تعلمته خلال العامين اللذين أنفقتهما في البحث تمهيداً لكتابة هذا الكتاب. فقد التقيت خلال هذين العامين بأكثر من ثلاثمائة صبي وأسرة (غيرت أسمائهم في الفصول التاليه). وهؤلاء الصبية من أماكن مختلفة من هذا البلد ومن خلفيات اقتصاديه – اجتماعية متباينة، ولكن يجمع بين كل هذه الأسر أنها جميعاً تعاني من مشكلة من مشكلات تعاطي المخدرات.

هذا الكتاب عن العواصف الأسرية – طريقة توقع مثل هذه العواصف، وكيفية الوقايه منها عندما تثور، وطريقة العثور على سماء زرقاء صافيه.

إنه كتاب عن الأبوة في الأوقات العصيبه، ذلك الشئ الذي لايستطيع أحد أن يفعله بطريقة آلية. فنحن بحاجة إلى الحصول على رخصة قبل قيادة السيارة. وقبل أن نطير بطائرة من الطائرات، نحن بحاجة أيضا إلى الحصول على ترخيص باقتناء كلب قبل أن نحصل عليه، وبحاجة أيضاً إلى ترخيص قبل أن نستورد قطعة من السجاد، وبحاجة أيضاً إلى ترخيص قبل

أن نبني بيتاً، وبحاجة أيضاً إلى ترخيص باستعمال تسريحه معينه من تسريحات الشعر، وبحاجه إلى ترخيص قبل استعمال جهاز الارسال اللاسلكي، وبحاجة إلى ترخيص قبل أن نبيع السجق أو قبل اصطياد البط - ولكننا لانحتاج إلى تصريح من أي نوع كان كي يكون لنا طفل.

الواقع أن مسألة الأبوه تعد مسئولية كبيرة ومكلفة فضلاً عن كونها أيضاً مهمة عاطفية لايعد السواد الأعظم من الناس أنفسهم لها إعداداً طيباً . إذ قد نكتشف فجأة ، في يوم من الأيام ، أن ما بين ذراعينا وقلبينا مملوء بتلك الحزمة الجميلة الصغيرة ، الصلعاء ، المبتلة ذات العينين الصغيرين والرئتين الكبيرتين ولكننا لاندرك ولا نفهم جيداً كيف نحول هذه الحزمة إلى شخص إنسان . ليس هناك كتيب للتعليمات الخاصة بهذا الموضوع حتى نهتدي به . إننا وحدنا في هذا المجال .

إننا نتعلم كيف نتقن أن نكون آباءً. نحن نحضر اجتماعات أولياء الأمور، كما ننظم خروج الأسرة وَفُسَحِها ، ونتأكد من أن كل فرد من أفراد الأسرة يعاود التردد على عيادة الأسنان بصوره دورية .

نحن نحصِّن أطفالنا بدءً من الحصبه الى الغدة النكفية باستدعاء الطبيب، أو عن طريق سؤال الأصدقاء عما فعلوا في هذا الصدد أو عن طريق قراءة قليل من الكتيبات عن رعاية الطفوله أو عن الطب المنزلي. المخدرات تختلف عن كل ذلك. فالطفل الذي يتعاطى المخدرات، لايظهر استعماله لها على شكل بقع لها لون الفراولة. ولانستطيع متابعة درجة حرارته حتى نراقب مدى تقدم المرض عنده ، ولا نستطيع استدعاء طبيب حتى يوقف تعاطيه المخدرات .

ولكن الأمر المحتمل هو أن نتعلم شيئا من تجارب الآخرين وخبراتهم. كل ما يركز عليه الدكتور نيوتن وأنا في هذا الكتاب هو الملاحظة والنصيحة اللتان استقيناهما من تجارب الآخرين وآلامهم. إن مانتطلع إليه من هذا الكتاب هو أن يهيئ لكم فرصة أن تحيوا حياة صحيه سليمه خاليه من المخدرات.

الفصل الأول

إنكار الوالدين

"ليس ولدي هو الذي يفعل ذلك ، لايمكن أن يكون ذلك قد حدث لولدي".

هل أنت أب من أولئك الآباء الذين بلغوا من الحظ مبلغاً يجعلهم لا يقلقون إزاء تهديد المخدرات لأسرهم؟ هل تشكر الله كل يوم لعدم وجود المخدرات في المدرسة أو المنطقة المجاورة لمنزلك ؟ أم أنك ، بواقعية أكثر، تعلم أن المخدرات في المدرسة ، وربما أيضاً في المنطقة المجاورة لمنزلك، غير أن ابنك ، على الأقل ، لن ينجر إليها مطلقاً؟

هل أنت بحق جزء من تلك النسبة المئوية النادرة من آباء المراهقين في هذا البلد الذين لم يمر أطفالهم بتجربة المخدرات مطلقاً؟ أم أنك تمارس إنكار الآباء ليس إلا؟

تدبر هذا الأمر. هل تتجاهل الحقيقة التي مفادها أن طفلك يجلس فاتر الهمة طوال تناوله الغداء، ولايشارك في أحاديث الأسرة؟ هل تنبعث من غرفته الموسيقى الصاخبه التي تكاد تصيبك بالذهول والتشتت ولكنك تعجز عن أن تقول له شيئاً خوفاً من أن يستبدئ ذلك شرارة النزاع والخلافات الأسريه؟ هل تشعر بالقلق إزاء إكثار طفلك من القراءة إلى الحد الذي يجعله يستعمل القطرة طوال الوقت لمنع إحمرار العينين؟

إذا ما أجبت على سؤال واحد من هذه الأسئله بـ "نعم" فذلك يعني أن إنكار الوالدين يهدد بالفعل سلامة طفلك – وأنت وحدك الذي تستطيع وقف هذا الإنكار. إنكار الوالدين هو مخدر من مخدرات الكبار. إذ يتعاطاه كل أب من الآباء بشكل أو بآخر– كما أن بعض الآباء يتعاطونه بجرعات تفضي إلى الموت، وذلك لمجرد الابتعاد عن المشاعر والأحاسيس السيئة. إن أي أب يتعاطى مخدر الإنكار يعد شريكاً في المؤامرة التي تفضي بالطفل إلى حياة المخدرات. أما الآباء الآخرين فقد تعلموا بالطريقه الصعبه.

كان **إريك** Eric لم يتجاوز بعد الرابعة عشرة من العمر عندما بدأ يعود كل يوم من المدرسة بعينين حمراوين – وعندما سألته أمه عن أسباب ذلك الإحمرار أرجع ذلك إلى ارتفاع نسبة الكلور في ماء حمام السباحة بالمدرسة. وصدقته أمه.

كانت **كاثي** Cathy طالبة مجده ، تحصل دائماً على تقدير امتياز وجيد جداً . وعندما تداعت تقديراتها ، وسألتها أمها عن أسباب ذلك أجابت قائلة : "المدرسون الذين يعلمونني هذا العام مريعون؛ المدرسون الجيدون لايوجدون إلا في المدارس الخاصة" . وذهبت الأم إلى المدرسة وأفضت إلى ناظرة المدرسة ببعض ما عندها.

جون John ألقي القبض عليه وهو يبيع المخدرات . كان عمره لايتجاوز السابعة عشر . وقد أبلغ والديه أنه فعلاً كان بصحبة بعض الصبيه الذين يتعاطون المخدرات ومع ذلك فقد كان بقية الصبيه الآخرون يتعاطونها أيضاً ، أما هو فلا . إنه لم تكن له أية علاقه بالمخدرات . وقد أنفق أبوه ٢٥٠٠٠ دولاراً أتعاباً للمحاماه على أمل إثبات براءة ولده .

عندما عادت **كارول** Carol متأخرة إلى المنزل ذات ليلة وتعثرت في الحمام ، أسرعت أمها إليها . وأمضت كارول الساعات الثلاثه التى تلت ذلك وهي تتقئ . وظنت أمها أنها تعاني من الإنفلونزا . وعندما حدثت هذه الواقعة للمرة الثانية، بدأت أمها تشعر بالحيرة والقلق . وأبلغت كارول أمها أنها تظن أن بعض الصبية كانوا قد وضعوا لها شيئاً من المخدر في المشروب الغازي الذي كانت تتناوله ، وتملك الغضب والدتها . وتعجبت أمها مما وصل إليه هؤلاء الصبية – صبية الناس الآخرين .

كانت **دونا** Donna خارج المنزل عندما اكتشفت أمها وجود الماريوانا في غرفتها . وما أن عادت دونا إلى المنزل حتى واجهتها أمها . واحتفظت دونا بهدوئها وقالت: " أوه ، الماريوانا ، إن صاحبتها هي سوزي Suzy . لقد طلبت مني أن أحتفظ بها لها عندي " . وقبلت أمها ذلك التفسير في شئ من التردد ولكن لمجرد الوصول إلى بر السلامة قررت الأم أن تناقش مسألة المخدرات مع دونا مناقشة "صريحه".

بدأت الأم المناقشة متسائلة: "هل حدث أن جربت المخدرات؟ وردت دونا قائله : "ياه ، مرة واحدة" . وبرغم ذلك فان والدتها التي أذهلتها حقيقة تعاطي ملاكها الصغير المخدرات مرة واحدة ، شعرت بالارتياح لأن تناول إبنتها للمخدرات كان مرة واحدة فقط .

ومن الواضح أن والدتها كانت تلعب في ملعبها وأن دونا كانت على يقين إنها هي التي تستحوذ على الكرة – ولذلك قررت الهروب بها – قالت دونا : "ياه لقد جربتها – لمجرد أن البنات الأخريات كلهن كن يجربنها . غير أني لاأفهم سبباً لهذه الجلبه كلها . لقد كان طعم المخدرات مخيفاً وكريهاً – لقد كرهته". وبدأت الأم ، عند هذا الحد، تشعر بالمزيد من الإرتياح. وفهمت دونا ذلك.

"أنا لا أفهم الأسباب التي تدفع البنات إلى تعاطي المخدرات. أنا لاأعرف ذلك بحق. أعني ، أنك ياوالدتي لا تعرفين تلك الأسباب. كثير من البنات يتعاطين المخدرات– ليت سوزي لم تتعاطاها – لقد حاولت التحدث معها في هذا الموضوع ولكنها لم تلق لي بالاً – إنها فتاة لطيفه أيضاً – أمي، لقد أخبرتها أنها ليست بحاجه إلى المخدرات. ومع ذلك فهي تواصل تعاطيها. إنه شئ سئ للغاية. ولكن أستطيع أن أقول لك شيئاً واحداً ، لاتنشغلي عليّ".

وغادرت أمها الغرفة وهي تكاد تتقد. ألم يكن من المناسب أن يكون بينها وبين ابنتها المراهقة علاقه صريحة من هذا النوع ؟ لماذا يصل بعض الآباء إلى مثل هذه اللحظات العصيبة مع أبنائهم المراهقين؟

المواقف التي عددتها هنا تمثل خمسة أشكال أصيله من أشكال إنكار الوالدين. خمس حالات لآباء راحوا، برغم الأدلة الواضحة على تعاطي أولادهم المخدرات، يصدقون كل الأعذار الممكنه تحاشيا للواقع – ان أولادهم يتعاطون المخدرات.

إنكار الوالدين – ماهو؟ ومن أين يأتي؟ وماذا يعني؟ ومن الذي يقوم به؟

تأثير الإنكار على الإنفعالات مثل تأثير الصدمة على الجسد: إنه يحميك من الألم. والجسم عندما يصاب بورم من الأورام تفرز منظومة الجسم مسكنات لقتل الألم. كما يقل معدل إنسياب الدم لحماية الجسم من فقدان الدم، الأمر الذي يحرم المخ من الحصول على قدر كاف من الأكسوجين ويتسبب في حدوث صدمه فسيولوجيه للجسم.

والإنكار، بنفس العلامة، يدفع الوالدين إلى أن يضعا غماءً على أعينهما، وبذلك يحمون عقولهم وعواطفهم من الألم . ولكن عندما يصل الأمر إلى الأبناء الذين يعانون مشكلات تعاطي المخدرات تصبح مسألة الحماية هذه عديمة الجدوى ولا قيمة لها : إنكار الوالدين أمر خطير جداً.

يُعَرِّف المعجم الإنكـار بأنـه " رفض الإعتراف بالحقيقـه ... رفض التسليم بالواقع والأعتراف به". إنكار الآباء هو أفضـل الآليات العالميـة في الدفاع عن المخدرات . الإنكار (أ) يباعد بيننا وبين مواجهة المشكلة ، (ب) يحافظ على اسم الأسرة بـلا مسـاس و (جـ) يسمح لك بأن تصبح " أفضل الآباء في الدنيا كلها ".

الخبر السئ الذي يجب أن تقف عليه هو أن إنكارنـا لتعاطي ولدنا المخدرات في كل مرة يعني تقليل فرصة شفائه وتحوله إلى حياة نظيفه سليمه خاليه من المخدرات.

هل أنت مذنب بارتكاب إنكار الوالدين؟ هل تظن دائماً أن ولدك هو الأفضل؟ هل أنت من أولئك الذين يتجاهلون الإشارات الإنذاريه؟

هل حدث شئ من هذه الأشياء في بيتك ؟ هل نعتك أحد أبنائك " إبن غير صالح لكلبة من الكلاب " ؟ هل قام إبن من أبنائك بحفر ثقب في الجدار أثناء نوبة من الغضب أو الإحباط ؟ هل يدور جدل كثير في محيط منزلك ؟ هل تبدو غرفة ولدك غير عاديه – كثير من الملصقات ، كثير من قوارير البيرة ، أنابيب غريبه وأشياء لاتعرف أنت كنهها ؟ هل يحضر ولدك معه إلى المنزل كثير من الصبية الذين يبدو عليهم "الجنون والخبل" ؟ هل يقضي ولدك وقتاً طويلاً في غرفة النوم بعيداً عن بقية الأسرة ؟ هل ينام ولدك كثيراً؟ هل يتجاهل ولدك الفترات المحظورة ؟ هل بدأت تقديرات ولدك تتدهور في الدراسة ؟ ماذا عن اهتمامات العام الماضي (غطس الإسكوبا، ركوب الخيل، الهتافات، سباق المضمار والميدان)، هل تغاضى عنها ولدك هذا العام؟ هل يحتفظ ولدك بكمية خاصة من القطرة "التي يستعملها لإزالة الإحمرار من عينيه" ؟

إذا جاءت إجاباتك على هذه الأسئله أو على أي منها بـ "نعم" أو حتى "أحياناً" فذلك يعني أنك تضيع منك الإشارات الإنذارية الدالة على أن ولدك في بدايات أو منتصف تعاطيه المخدرات . وإذا كنت ممن يتجاهلون تلك الإشارات فذلك يعني أيضاً أنك مذنب في إرتكاب إنكار الوالدين.

ربما تعزو تلك الإشارات إلى نمو ولدك .. وهنا يجب أن تعرف أن الأبناء لايشبهون ذلك الذي اعتادوا عليه". وربما خطر ببالك أن تلك الأمور ليست سوى مجرد حفر أو نزوات على طريق المراهقة. يجدر بك عند هذا الحد، أن تعيد التفكير في الأمر. فهذا كله مجرد شكل واحد فقط من أشكال إنكار الوالدين. يتخذ أشكالاً عدة. ولعلنا نبدأ بتناول الأشكال المختلفة للإنكار والأسباب التي تدفع الوالدين إلى الإستثمار في هذه الأشكال.

التقليل من السلوك

"لم يكن الأمر سيئاً تماماً، فهل أصبح كذلك الآن؟"

كان **فرانك**، ذات يوم، في طريق عودته من مكتبه إلى منزله، ولم يدر بخلده أن يفاجأ بآخر الأحداث في مسلسل "هل تعرف ما جناه ولدك اليوم" مسلسل المشكلات الذي كان يصدر عن زوجته ماری Mary. لقد سئم فرانك الإنصات إلى ذلك المسلسل – لماذا لا تستطيع ماري حل هذه المشكلات ؟ أولاً ، لأنها هي التي تبقى في المنزل طوال النهار . أما هو فقد كان عليه أن يخرج من منزله كل يوم ليقاتل وحوش دنيا المال والأعمال. والأبشع من ذلك أنها بدأت تطلبه في مكتبه لتشكو له ولدهما كيني Kenny، والمشكلات التي يثيرها في المدرسة، ووقاحته معها. أعلم يابني، أن فرانك كان يكره ذلك تماماً. إن فرانك لم يكن لديه الوقت للتعامل مع هذه المشكله وحسب ولكن ربما استطاع سكرتيره أو أحد العاملين معه، أو الأبشع من ذلك، أن تصل إلى علم رئيسه الحقيقه التي مفادها أن ولد فرانك كان يتلاعب بالمخدرات تعاطياً. إن حدث ذلك فسيكون سيئاً للغاية.

كلما إقترب فرانك من المنزل، زاد حجم العقده داخل معدته كبراً. وبعد أن تخطى المنعطف المؤدى إلى منزله ، لمح كيني ومعه بعض اصدقائه المدمنون يقفون أمام المنزل . أحس فرانك انه بدأ يشتط غضباً . فقد سبق له أن حذر ولده كيني من إحضار أولئك الصبية إلى المنزل . لم يكن فرانك يرغب في رؤية هؤلاء الصبية على أرضه وفوق ممتلكاته. كان يبدو عليهم أنهم من الأشرار وأن كيني وقع فيما هو فيه بسببهم.

وقرر فرانك بينه وبين نفسه أن يحتفظ بهدوئه، إذ ليس من صالح أي إنسان أن يفقد سيطرته على نفسه . ودخل فرانك بسيارته إلى طريق الخدمة ولكنه أبصر، قبل أن يفتح باب السيارة، علب البيرة– يشربون البيرة ويدخنون الماريوانا، ذلك هو كل ما فعله هؤلاء الصبية. ولكن الشئ المثير! أن ذلك كان يجري على أرضه وفوق ممتلكاته. وقبل أن يستجلي فرانك الأمر، راح يصرخ في كيني ويصدر أوامره إلى الصبيه الآخرين بأن يذهبوا إلى جهنم بعيداً عن ممتلكاته. وبدأ كيني يدافع عن أصدقائه. ثم قام بعد ذلك يدفع والده.

يقول فرانك انه لم يعرف ماذا حدث بعد ذلك. أن كل ما يعيه هو أنه رفع كيني إلى كبود السيارة الأولدزموبيل ، وخروج روزماري Rosemery

مهروله من المنزل والدموع تنهمرمن عينيها وهي تحاول أن تحول بين فرانك وولده.

هذه القصة ليست غير عادية تماما في أسرة فقدت السيطرة في محاولتها مكافحة المخدرات. الشئ الشاذ في هذه القصة هو تحول هذه الواقعة إلى شكل من أشكال إنكار الوالدين.

وبعد ذلك بأسابيع قلائل وصل فرانك إلى المرحلة التاسعة ، من لعبة الجولف المعتاده التي يمارسها مساء كل يوم أربعاء مع بعض رفاقه. كان الجميع يتحدثون عن ابنائهم ، ونموهم السريع ، إلى أن أصبحوا على ماهم عليه. كان البعض منهم يمتدح شجاعة أبنائه الرياضية عندما قاطعهم فرانك قائلاً:

"حقاً ، أنا لا أصدق القوة التي وصل إليها ولدي. هل تصدقون لقد كنت أنا وهو على طريق الخدمة منذ أيام قلائل، كنا نتهازر، وكاد أن يهزمني. أعني أنه كان بوسعه أن يهزمني لو أراد ذلك. حقاً، إن ولدي سيصبح رجلاً كبيراً"

ترى، ما الذي كان فرانك يتحدث عنه؟ هل كان يعني الواقعة نفسها؟ من المؤكد أنه كان يعني ذلك . إن ما كان يفعله فرانك هو التقليل من سلوك ولده، على نفسه هو من ناحية، ولكن المؤكد أنه كان يقلل من تأثير سلوك ولده على رفاقه في لعبة الجولف. قد لايكون ما قاله فرانك لرفاقه في لعبة الجولف مهماً، أما ما يقوله لنفسه هو فهو المهم. لقد دخل فرانك ضمن الطبقة (أ) وهي أعلى طبقات إنكار الوالدين .

يلجأ الوالدان إلى كثير من الطرق التي يقللون بها من سلوك أبنائهم معهم ومع الآخرين . فالجد مثلاً إذا ما عبر عن قلقه إزاء مظهر حفيد من أحفاده، يحتمل أن يهب الأب لنجدة ولده بتعليقات من قبيل "أوه، الأمور اختلفت هذه الأيام عما كانت عليه في أيامكم. وهذا هو اللباس الذي يرتديه الأبناء في هذه الأيام". والوالدان بينهم وبين أنفسهم يقللون من سلوك أبنائهم بأشياء من قبيل : "حسن، قد لايكون لباسه على مايرام، ولكن ولدي، على أقل تقدير ليس من ....". وهنا نستطيع أن نكمل الفراغ بسهولة ويسر، إذ يصح أن نضع فيه أي شئ طالما أنه يحافظ على استمرار ذلك الإحساس الزائف الذي مفاده أن كل شئ مع أولادي على مايرام. وإذا كانت تقديراتهم تتدهور تماماً في المدرسة ، فهم يذهبون إليها على أقل تقدير، ولايهربون منها ويتجولون في المناطق المجاورة طوال النهار مثلما يفعل أولاد جونز. وإذا كانوا يعانون مشكلة نظاميه فهم لايهربون من البيت

مطلقاً . وإذا كانوا يتسكعون في الأسواق المركزية ونوادي الفيديو مع صبية "غريبي الشكل"، فهذا أفضل من تعاطي المخدرات. حسن ما تقول: لكن إصغ إليّ: إن هذه الدلائل كلها علامات مبكرة على تعاطي المخدرات وأن الإنكار هنا لا يفيد شيئاً سوى أنه يشير إلى سحب الخارطة في اتجاه المرحلة الوسيطة والمرحلة المتقدمة من تعاطي المخدرات.

التسليم بالضد

"هل قضيت وقتاً طيباً في الحفل، يا عزيزي؟"

عالم مخدرات المراهقين يحتوي على بعض الأضرار النمطية المعيارية منها على سبيل المثال: تعليل إحمرار العينين بوجود الكلور في مياه حمامات السباحة ، والاحتفاظ بالمخدرات وديعه لصديق وكثير من الأضداد الأخرى، التي تبدأ من تعطل السيارة إلى آخر الحكايات التي يبدع المراهقون في حبكها ونسجها. يضاف إلى ذلك أن السواد الأعظم من الآباء لا يرغبون في تصديق أنهم بلغوا من الغباء والانخداع حداً يجعلهم يقبلون الأعذار التي يتقدم بها أبناؤهم. وقبل كل شئ فإن الآباء دنيويون، حكماء، ناضجون، وأصحاب خبرة وتجربة – ومن المؤكد أنهم قادرون على فهم خيال المراهق الشاطح، فهل هذا صحيح؟

ولندرس الحالة التاليه: استطاعت مورين أن تجعل أطفالها (أبناءها) الثلاثه يجتازوا مرحلة المراهقه بلا عناء كبير. عفواً، لقد انكسرت رجل أحدهما بسبب كرة القدم إضافة إلى مخالفتين مروريتين بسبب زيادة السرعة عن الحد المسموح به، ولا شئ غير ذلك. ولكن مسألة أن تكون لك إبنه فتلك مشكله أشق وأصعب – أوليتها لم تنجب طفلة وهي في الأربعين من عمرها. وأيا كانت الأسباب، فقد كانت أبنتها إلين Elaine تجعلها تفر بنقودها طلبا لإنقاذها والحفاظ عليها.

في البدايه، أبلغت مورين إبنتها إلين Elaine انها لن تسمح لها بالخروج من المنزل طوال أيام الذهاب إلى المدرسة. ومع ذلك بدأت إلين Elaine تغادر المنزل عن طريق نافذة غرفة نومها. وبدلاً من أن تدوس على قدميها، بدأت إلين تغير القواعد التي تعمل بمقتضاها. فقد كانت تخرج أيام المدرسة ولكنها كانت تعود بحلول الساعة العاشرة. ولم تنجح هذه الخطة أيضاً. لم تعد إيلين قط إلى المنزل في الموعد المحدد وتجاهلت جميع القيود التي فرضتها أمها عليها كشكل من أشكال العقاب .وماذا عن العطلات الأسبوعيه؟ ومع ذلك، فقد كانت مورين تشعر بالارتياح كلما سمعت باب

المنزل الرئيسي ينغلق عند الساعة الثانية صباحاً. لقد أدى النزاع الدائم إلى استنزاف قوى مورين.

وبناء عليه ، وفي الليله التي لم تعد فيها إلين Elaine إلى المنزل مطلقاً، جلست مورين صامته في غرفة المعيشه، تنتحب وترجو الله ألا تكون ابنتها، البنت الصغيرة التي تمنتها وانتظرتها طويلاً، قد أصيبت بمكروه .

أخيراً وإلى ماقبل طلوع النهار بفترة قصيره ، فتحت إلين Elaine الباب الرئيسي وتسللت إلى داخل المنزل. واندهشت إلين عندما شاهدت أمها جالسة وهي ترتدي معطف المنزل. وقالت إلين متسائله: "ماما، لماذا أنت مستيقظه حتى هذه الساعة؟ " ولم تضع البنت وقتاً وانخرطت في سرد وقائع قصه مختلقة عن المكان الذي كانت فيه.

"أماه ، لايمكن مطلقاً أن تصدقي ذلك الشئ البشع الذي حدث. هل تعرفين صديقتي جودي . تلك الفتاة الجميلة ذات الشعر الأشقر – حسن، لقد اعتادت على الخروج مع ذلك الصبي الذي يدعي جاري Gary منذ فترة طويلة. حسن، لقد حضرت هذه الليله إلى مكان التزحلق وأبلغتني أنها تشك في أن جاري يخرج مع فتاة أخرى. لقد كانت تبكي وثائرة تماماً. ولذلك اقترضنا سيارة من صديقة لنا وإنطلقنا للبحث عن جاري. وبعد ذلك عثرنا على أحد أصدقائه الذي أبلغنا أن جاري انطلق بسيارته إلى الشاطئ لقضاء العطلة الأسبوعيه وعليه ذهبنا للبحث عنه. وقطعنا الطريق بطوله إلى ذلك الشاطئ ولكننا لم نعثر عليه. لقد كنا مُتعبين جداً وأدركنا أننا لن نستطيع مواصلة مرحلة العودة بسلام ولذلك رأينا من الأفضل أن ننام ساعتين قبل أن نستأنف رحلة العوده. وهذا هو كل ما فعلناه. وبعد ذلك بدأنا رحلة العودة عند الساعة الرابعة. لقد كانت رحلة العودة سهله نظراً لأن الطريق كان خالياً. لقد حاولت الاتصال بك تليفونياً. لقد كنت أعلم انك ستقلقين عليّ. ولكننا لم نعثر على تليفون في المنطقة المحيطة بنا. لقد كنت أدرك أيضاً أنك لا تريدين لي أن أقود السيارة وأنا متعبه. وبناء عليه، تصرفت طبقاً لما كنت أراه مناسباً. ومع كل ذلك ، فأنا حزينه لما حدث لـ جودي . يالهذا الـ جاري من صبي نذل. حسناً، أماه، أنا بحاجة إلى النوم. أود أن أنام. والأفضل لك أن تنامين أنت أيضاً. يجب ألا تسهري وتنشغلين بي. فأنت تعلمين أني على مايرام".

وانصرفت إلين إلى غرفتها. في حين راحت مورين تتمتم بصلاة قصيرة تشكر بها الله أن ابنتها ما تزال بخير.

حسن ، أن ابنتها لم تكن بخير. لقد أمضت ابنتها الليلة بطولها وهي تتعاطى المخدرات مع أصدقائها في حين كانت مورين ضحيه لمتناقضات المخدرات وأضرارها.

من أشهر الأضداد في المخدرات ذلك الضد الذي يصرف بمقتضاه المتعاطي الاهتمام إلى شخص آخر. تقول كريس Chris: "سأخبر أمي أني أشك في أن أخي إريك Eric يتعاطى المخدرات مع أصدقائه حتى يخطر ببالها أني مستقيمه".

يعد لعب دور الصبي المستقيم بمثابة أفضل الطرق التي يستطيع الصبي أن يحافظ بها على جهل والديه لحقيقة ما هو عليه – والأبناء يعرفون ذلك جيداً.

جون: "كنت أعلم أن الأمر لايستحق كل هذا الوهم. انني بحاجة إلى مساعدتهم لي. لقد كنت أحتاج هذه العلاوة لشراء المخدرات. لايمكن أن أخاطر بذلك. لابد أن يظنوا أني مستقيم وأني لن أقترب حتى من المخدرات".

ليس شاذاً أن نجد إبناً يتلاعب بأمه أو إبنة تتلاعب بوالدها. **ريني** Renee: "لقد تلاعبت كثيراً بوالدي . فقد أذهب إلى والدتي وأطلب منها شيئاً. فإذا ما قالت: لا، أذهب إلى والدي وأطلب منه ذلك الشئ. لقد كان يخاف دائماً أن يرفض لأنه كان يخشى ما سأفعله بعد ذلك. وعليه كنت أعود لأمي لأقول لها ان والدي وافق على ما سألته إياه". لقد مر الآباء جميعاً بتجربة هذا النوع من التلاعب، سواء كان أبناؤهم يتعاطون المخدرات أو لا يتعاطونها. وعلى كل حال فإن هذا التلاعب يدخل في إطار التلاعبات الجيدة التي يستعملها متعاطوا المخدرات في مزايدتهم طلباً للحصول على المزيد من الحرية – الخروج من المنزل.

هناك نمط آخر من أنماط الأضداد التي تسود بين متعاطي المخدرات ومن لايتعاطونها أيضاً "إن آباء الصبية الآخرون يسمحون لهم بتعاطي المخدرات، فلماذا لاتسمحان لي بتعاطيها؟" وهذا الضد يصنع المعجزات لأنه يضع عبء تقديم الدليل بكامله على كاهل الوالده ولن يجرؤ السواد الأعظم من أولياء الأمور على طلب أولياء الأمور الآخرين تليفونياً ليسألونهم عن الأسس والقواعد التي يتبعونها في هذا الصدد – إذ أن ذلك قد يضعهم في موقف سخيف، يبدون فيه غير مسيطرين على الأمور. وإحساس أولياء الأمور بالذنب هو، عادة ، الذي يجعلهم يرضخون. إذ لايود أي أب من الآباء أن يكون هو الأب المتشدد في المنطقة كلها. وقد لايفلح هذا الضد على

طول الزمن ولكن الغريب أن هـذا الضـد يجـدي كثـيراً مـع المراهقيـن الذيـن يتعاطون المخدرات.

وفن الضـد الـذي يلجـأ إليـه المراهقـون الذيـن يتعـاطون المخــدرات لايختلف بحق عن ذلك الضـد الـذي يفيـد منـه تجـار السـيارات المسـتعمله أو العاملين في مجال التجليد باستعمال صفائح الألومينيوم. والفارق الوحيد بيـن هذا وذاك هو أن الخطر لايتهدد سيارتك أو الدهان الذي علـى جـدران بيتـك. إنه جنوح ولدك إلى تعاطي المخدرات – وصحته العاطفيه والنفسيه.

تجاهل النصح

"لاشأن لك في هذا الأمر"

يحصل الوالدان في أغلب الأحيان علـى بـوادر الإنـذار مـن مدرسـي أبنائهمـا، أو مـن نـاظر المدرسـة، أو مـن ضـابط الشـرطة أو مـن جـار مــن الجيران أو حتى من فرد من أفراد أسرة من الأسر المجـاورة. ولكـن المنكـر الضالع في الإنكار يمكن أن يتجاهل كل هؤلاء النـاس – إنهـم غربـاء عليـه. "ما الذي يعرفونه عن تربية ولدي وتنشئته؟"

كان آل هوج يشـكلون أسـرة طيبـة. كـانت تـتردد علـى الكنيسـه أيـام الآحاد، وتقيم مع بعضها في مخيم خلال عطلـة نهايـة الأسـبوع. فقـد تـزوج الأبوان زواجاً سعيداً. وللحق، كان الوالدان معنيان بورش العمل التـي كـانت تقام عن الزواج. نحن نعرف كيف نحافظ على التئـام شـمل أسـرنا، وكيـف نستطيع الإبقاء على حيوية الزواج وكيف نحافظ على سير إبنائنا في الطريق المستقيم الضيق.

حسن، ذات مساء كان كل من السـيد هـوج وزوجتـه خـارج المـنزل يحـاضران فـي ورشـة عمـل مــن ورش الـزواج. وتركـا خلفهمـا ولديهمـا المراهقين – فتاة تكبر أخاها الصغير – في المنزل.

ويعيد الإبن علينا ما حدث فيقول: "كان شيئاً رائعاً. فقد كنـت أتطلـع إلى عطلات نهاية الأسبوع ذلك لأني كنت أعلم أنهما سـيغيبان ليلـة الجمعـة، والسبت بطوله ولن يعودا إلى المنزل قبل سـاعة متـأخرة مـن مسـاء الأحـد. "كان ذلك يعني التواجد في الشـوارع بـلا قيـود. عطلـة نهايـة أسـبوع كاملـه لايسائلني أحد خلالها أين ذهبت، ومع من كنت – تصريح بأن أتعاطى أكـبر قدر ممكن من المخدرات على امتداد فتره زمنيه تصل إلى ثلاثة أيام.

ولكنك قد تقول، لم تكن هناك أية وسيلة يستطيع الوالدان عن طريقها

معرفة مايجري، وتقول أيضاً ليس هناك أي مبرر يجعل الوالدان لايتركان الصبية لحال سبيلهم. عفواً توقف دقيقة واحدة، إن ما تقوله ليس صحيحاً تماماً. فالواقع ان الوالدين كان لديهما كثير من العلامات والاشارات.

أولاً: كانت لديهما إشارة المصاعب التي بدأ إبنهما يواجهها في المدرسة. فقد تشكك مدرسوه في تناوله للمخدرات. ولكن أمه كانت تفهم إبنها أفضل من فهم مدرسيه له . نحن نفهم ، إن ولدها كان جسمه صغيراً قياساً على عمره الزمني ، فقد عانى من بعض المشكلات الصحيه ولم يفهم هؤلاء المدرسون هذه المشكلات. هذا هو الإنذار رقم واحد.

هناك أيضاً النقود التي كانت تختفي. ونحن نعلم علم اليقين أن آل هوج من المواظبين على التردد على الكنيسة. حسناً، إن أمي عضو في لجنة جمع النقود التي توزع على الأسر المحتاجه. لم يبدأ في الإختفاء سوى النقود فقط. ويعلق أحد أفراد الأسره على ذلك مازحاً: ربما قام أحد الأبناء "بالاقتراض" من الرصيد. ترى، كيف ردت حرم السيد هوج على ذلك؟ "ماهذا الذي تقوله؟". هذا هو الإنذار رقم إثنان.

كان الجيران يتعجبون جهاراً من حين لآخر، من ذلك الذي كان أولئك الصبية يفعلونه في العطلات الأسبوعيه التي يكون والديهم خلالها بعيدين عن المنزل. ومع ذلك لم يشغل الوالدان باليهما بقلق الجيران. فقد كان أبناءهم يعون المسئولية، وبالتالي فإن تركهم وحدهم لن تترتب عليه المشاكل. وقد وصل تعجب الجيران إلى حد أنهم قالوا أن عددا مخيفاً من الصبية كانوا يدخلون المنزل ويخرجون منه عندما لا يكون الوالدان فيه. وقد تغاضى الوالدان عن تلك الملاحظات من منطلق أن أبناءهم كانت لهم شعبية، وعدد كبير من الأصدقاء. وهذا هو الإنذار رقم ثلاثه.

لقد أدى إنكار الوالدان، في أسرة هوج، إلى تجاهل كل من إنذارات المدرسين، وأفراد الأسرة والجيران. ونظراً لأنهما يعيشان هذا الإنكار وينخرطان فيه فهما يغيبان خلال عطلة نهاية الأسبوع ويتركون أبناءهم أحراراً يتمتعون بالسكر طيلة ثلاثة أيام، بينما هما يقومان بتعليم الآخرين كيف يحيون حياة طيبة مع عائلاتهم.

لعبة اللوم

"آمل أن تكون سعيداً الآن. تمعن ذلك الذي فعلته بولدك."

آه ، حقاً. إنها المحبوب القديم. لعبة اللوم. عندما تسوء الأحوال، تصبح الفرصة مواتيه لنزع اللوم عن تفضيل الابن لتعاطي المخدرات (التي تنتمي

لعبة اللوم إليها) والالقاء به مباشرة على كاهل الشريك الآخر. وهذا يحتم توبيخ أحد الأبوين إلى الحد الذي يجعله يتخذ موقف المقاتل من الطرف الآخر ويصارحه علانية قائلاً: "الخطأ خطؤك لأن.....". "أبداً، إنه خطؤك أنت لأن ...." وفي ذات الوقت، يستمر الابن في تعاطي المخدرات.

أب ضالع في لعبة اللوم يقول: "لقد لمت زوجتي على كل ماحدث . لقد كنت أرى أنها شديدة القسوه على لين Lynn. كنت أعتقد أنها لاتعطيها الحرية الكافية، لقد كانت تُضيِّقُ الخناق عليها؟

لعبة اللوم تتحرك في إطار المسابقات الكبيرة التي تجري بين الوالدين. فالوالد الذي يكون بعيداً دوماً (وهو عادة مايكون الأب) يلقي باللوم على الوالد الراعي الآخر لعجزه عن السيطرة على الأبناء. والوالد الجالس في المنزل يلوم الوالد الآخر على تركه للأسرة، وبذلك لايتحمل مسئولياته أو لا تتحمل مسئوليتها.

خذ عائلة بيرتون على سبيل المثال. إبنهما جيم Jim البالغ من العمر تسعة عشر عاماً بدأ في تعاطي المخدرات عندما كان في الصف السابع من الدراسة. لقد كان يتعاطى الماريوانا، والحشيش، وزيت الحشيش، والأفيون، المعلّيات*، المخفضات**، الحمض، العصا التايلانديه***، وعيش الغراب، البسب Pcp، ت اتش سي، المورفين، المسكالين، الكوكائين، والمسكنات.

جيم: "لم يعد يتبقى لي أي شئ من المشاعر، أذكر أن صديقي طعن حتى الموت ولم أفتح فمي بكلمة واحدة. كنت أدخل في شجار مستمر مع أسرتي ولم أكن أعبأ بأي شئ. كان يبدو لي كما لو كانت أحاسيسي قد انقلبت رأساً على عقب. كان يتحتم عليّ أن أتعاطى خمس جرعات من الحمض لمجرد أن أنصرف لحال سبيلي.

"كنت أعود إلى المنزل في جوف الليل وأبكي. كنت أتعاطى الحمض

* أصل هذا المصطلح هو Ups وهو يدّل على مجموعة مخدرات الأمفيتامين التي تحفز الجهاز المركزي (المترجم) .

** أصل هذا المصطلح هو Downers وهو يدل على المخدرات المثبطة للجهاز العصبي المركزي كما يطلق أيضاً على المسكنات (المترجم) .

*** مصطلح يطلق على سيجارة الماريوانا التي تستعمل فيها عصا لربط الماريوانا السائبه إلى بعضها .للمزيد عن هذا المصطلح راجع قائمة مصطلحات المخدرات في آخر الكتاب (المترجم).

جلباً للهلوسة وأدخل المنزل وأهدأ وأروح في سلسلة من المشاعر المكتئبة، وكل ما كنت أفعله كان عبارة عن الجلوس ثم الانفجار في البكاء. أذكر ذات ليلة عدت فيها إلى المنزل ثم تقيأت كل ما بداخلي ثم جلست بعد ذلك على سريري وتمنيت لو كنت ميتاً ، لقد كنت أحس أنني في أسوأ أحوالي. أذكر أنني في أربع أو خمس مرات دخلت غرفة والدتي ورحت أحتضنها وأبكي واعداً إياها أنني لن أتناول الحمض مطلقاً بعد اليوم.

"كنت أرى أن كل شئ لايسير في حياتي على مايرام. لقد كان أبواي منفصلين. وألقيت باللوم على إنفصالهما لأنه هو الذي أوقعني في المخدرات. لقد كان الخطأ هو خطأ والدي. فقد شعرت بالألم ورحت أتعاطى المخدرات طمعا في التحسن".

حرم السيد بيرتون: ظننت أن هذا الإبن، الذي حدث إنفصال بيني وبين والده، كان بحاجة إلى والده أكثر مني في تلك الفتره. هذا الإبن من بين أطفالنا الثلاثة هو الذي لايحس بالأمان. بوسعي أن أرعى البنات ولكنه يحتاج بحق إلى والده".

وفي الوقت ذاته نجد السيد بيرتون يلقي باللوم على زوجته لضعفها وعجزها عن السيطرة على الموقف . كان كل والد من الوالدين يلوم شيئاً مختلفاً غير المشكلة نفسها – ألا وهي قرار جيم بتعاطي المخدرات .

الواقع أن هذه الحالة تشبه قصة: من جاء أولاً البيضه أم الدجاجه، الانفصال أم المخدرات. وطوال لوم الجميع للمخدرات على الإنفصال، هل يمكن القول: إن مشكلات جيم Jim كلها كانت بمثابة السبب الذي جعل السيد بيرتون يقوم بالمزيد من الجولات خارج المدينه، ثم بدأ بعد ذلك يقوم برحلات أطول ثم قرر في النهاية الانتقال من البلدة؟ لقد زادت لعبة اللوم الطين بلة وعكرت الصفو، وبذلك يصعب تبين هذا من ذاك. ولكن هناك أمر واحد مؤكد هو: إن إختباء جيم خلف إنكار الوالدين هو الذي سمح باستمرار مشكلة تعاطيه المخدرات.

البحث عن سبب آخر :

"حدثني عن أي شئ آخر أصدقك إلا المخدرات".

يفضل الوالدان أن يصدقا أي شئ يقال عن أبنائهم – "إنه مريض"، "مصاب بعاهة تمنعه من التعليم " أو "أنه مصاب بمرض عقلي" – على أن

يسلما بالحقيقه التي مفادها أنه يتعاطى المخدرات. كما أنهما يذهبان كل أنواع المذاهب الذهنية والعاطفية والمالية لإقناع نفسيهما بذلك.

والأسرة العسكرية تردد دائماً: "التنقلات هي التي تسببت في كل ذلك". ووالد الطفل الذي يعاني من أية مشكلة من المشكلات الصحيه، مهما صغر حجمها يقول: "إن صممه هو السبب." ، "إن نشاطه الزائد عن الحد هو الذي تسبب في ذلك" ، "السبب في ذلك أن جسمه أصغر من سنه".

خذ جوآن JoAnn على سبيل المثال. بدأت تقديراتها في التدهور. ثم انفضح أمرها عندما ضبطت وهى تدخن في المدرسة. ثم انجرفت الى حيازة المخدرات. أحدث والدها ضجة – ولم يقبل في لحظة من اللحظات الفكرة التي مفادها أن ابنته تعاني مشكلة من مشكلات المخدرات. وبدلاً من التسليم بذلك، أنفق الرجل ١٧٠٠٠ دولار أمريكي على مجموعة من الاختبارات والتحاليل ورهط من الإخصائيين النفسيين بحثاً عن أي شئ، وعن أي شخص يمكن أن يصارحه بأن ابنته تعاني من مشكلة في التعلم. سبعة عشر ألف دولار من أجل أن يقبل أن ابنته تعاني من مشكلة في التعلم ولاتعاني مشكلة من مشكلات المخدرات.

كانت شارون إخصائيه صحيه في مجال الأسنان. كانت فتاة أنيقه. كما كانت تهتم بالرعايه الصحيه . وعندما بدأت ابنتها تعود إلى المنزل وتتقيأ ليلة بعد أخرى ، بدأت هي نفسها تشعر بالقلق – لم تكن الانفلونزا سبباً لذلك القئ، لم تكن هناك أية أعراض أخرى، لقد كانت تراسي Traceyتمر دوماً بظروف صعبة وأوقات عصيبه. كانت تراسي طفلة موهوبة. لقد قال المدرسون إن الأطفال الموهوبين يصعب التعامل معهم . لقد نصحوا والدي تراسي أن يكونا حازمين معها، وأن يحباها، وأن يواصلا ذلك". لقد دارت كل تلك النصائح بخلد شارون عندما كانت تواجه مسألة القئ. ترى، هل التوتر هو السبب في ذلك؟ عندما كانت تراسى فى الصف الثامن اصطحبها والداها إلى أحد الإخصائيين النفسيين وأنفقا عليها ما يزيد على الف دولارعلى سبيل العلاج ومع ذلك ظلت تراسي صعبة المراس. لم يخطر ببال شارون أن المخدرات هي السبب – وما أن ألقى القبض على تراسي وهي تدخن الماريوانا مع ابن عمها حتى قامت والدتها شارون بشراء بعض الكتب وأشرطة الفيديو عن الآثار الضارة للمخدرات، وراحت تتحدث مع ابنتها عن المخدرات وأضرارها. وتعيد شارون على مسامعنا: " لقد كنت أماً رائعه. لقد كنت أؤمن إيماناً حقيقياً بالالتزام والنظام ، وكنت أظن أن كل شئ يسير على ما يرام. إلى أن سمعتها بعد ذلك في فصل الصيف وهي

تحاول التقيؤ. كنت قد شاهدت برنامجاً عن الضَّوْر أو الشره المرضي (اضطراب في الأكل يشبه مرض فقد الشهيه للطعام) على إحدى محطات التليفزيون. وعليه، توجهت إلى المعهد الوطني للصحة وبدأت الاطلاع على بعض الحالات. ظننت، "أوه، ياإلهي، أن ابنتي تعاني بدايات مرض فقدان الشهيه"، واشتريت كتاباً عن ذلك المرض وقرأته ووجدت فيه كل الأعراض التي تعاني منها ابنتي في كل صفحة من صفحاته. وطلبت اليها أن تقرأ الكتاب الذي وَجَدْتُ شخصيتها فيه. ظننت على أثر ذلك أنني شخصت الخطأ. واصطحبت ابنتي إلى خمسة من الأطباء. وفي مستشفى الأطفال قال الطبيب: "اسمحوا لي أن أقول: إنه تمردالمراهقة". وربت الطبيب على ظهر ابنتي. وقال: أنها تعاني من مرض الضَّوْر وهي بحق لابد أن تتخذ شكلاً معيناً. لقد أجريت الكثير من الأبحاث والدراسات حتى أتمكن من اكتشاف ذلك الذي تعاني منه".

كانت مشكلة تراسي تتمثل في أنها كانت تتعاطى المخدرات طوال ثلاث سنوات، وأن المشروبات الروحيه كانت صاحبة النصيب الأكبر. وهنا ينبغي أن نتوقف لحظة نؤكد خلالها أن الكحول، شأنه شأن الكوكائين أو الماريوانا، من المخدرات – أحد الكيمياويات التي تتسبب في تغيير الحالة النفسيه. إياك أن تحاول مطلقاً إقناع نفسك أن الكحول ليس من المخدرات التي تغير الحالة النفسيه.

وذهبت والدة تراسي مذاهب شتى لايصدّقها عقل على أمل أن تتحاشى الاعتراف بأن المخدرات كانت سبباً لما تعانيه ابنتها – وفي الوقت ذاته كانت تراسي تواصل ثمولها وسكرها ثم تتقيأ بعد ذلك. "كنت أحس كما لو كنت أتقئ مشاعري وأحاسيسي ... كما لو كان كل الغضب الذي بداخلي قد خرج وسال مندفعاً إلى المرحاض وكنت أشعر بالارتياح بعد أن أفعل ذلك". ومع ذلك لم تكن تلك المشاعر طيبة دوماً. "أذكرأنني ثملت تماماً في إحدى المرات. كنت خائفه. لا أعرف إن كنت قد تمكنت من الوصول إلى دورة المياه أم لا. وعليه رفع عشيقي ملابسي من الخلف واضطررت الى التغوط على الدرج (السلم). وقضيت أربع ساعات في السيارة ملفوفه في بطانية . لقد كانت الليلة الأولى التى تعاطيت فيها الكحول لأول مرة وأصاب القئ فيها ثيابي كلها".

كانت والدة تراسي داخله هنا في إطار إنكار الوالدين. وقد استغلت تراسي إنكار والدتها لتحجب به تعاطيها المخدرات. شارون: "لم أطق تعاطي الإنكار بعد ذلك. إن تراسي أفضل مني بكثير. وهذا هو ما أخافني. لم يكن

حولي مخدرات عندما كنت طفلة كما لم يكن بوسعي أن أكون متحكمه في الأمور كلها. أخيراً، توجهت إلى إتحاد أولياء الأمور الوطني لتخليص الشباب من المخدرات وأبلغني مستشار الاتحاد: "سيدتي، لديك مشكله من مشكلات المخدرات". ولكني قلت له: لا، انت لاتفهم الحقيقه، إنه مرض فقدان الشهيه. ان ابنتي يستحيل أن تتعاطى المخدرات. لقد ثقفتها عن المخدرات. وهي تبلغ من الذكاء حداً يصعب معه أن تتعاطى المخدرات". وهكذا يستمر الإنكار ويتواصل.

الأبناء سيظلون أبناء

"عندما كنت في مثل سنك ..."

كان **كن** Ken واحداً من أولئك الأطفال الحظيظين. فقد كان والده يشغل منصباً جيداً. بينما كانت أمه واحدة من ربات البيوت. والواقع أن هذه الأم كانت تفخر بأنها أماً مثاليه. "كنت زعيمة في فريق الكشافه وكنت ربة بيت. ولذا كنت أقوم بتوصيل أولادي كل يوم إلى المدرسة وأحضرهم منها. كما كنت أقضي مع كل منهم عشر دقائق على أقل تقدير كل يوم أتفرد به خلالها. كنت أسأل أولادي عما لديهم من مشكلات، أو الموضوعات التي يريدون مناقشتها . كنت أعطيهم تصبيرة بعد المدرسة وأجلس معهم وأتحدث إليهم".

كان **كن** Ken يدرس في مدرسة خاصة، ينجح فيها بالكاد. وكان متمرداً في المنزل بصورة مستمرة، ويقضي الجزء الأكبر من وقته وحده في الغرفة، كما كان دائم العراك والشجار مع أفراد الأسرة. كان يتعاطى المارجوانا تدخيناً قبل الذهاب إلى المدرسة كل يوم، وكان من عادته أن يتعاطى المخدرات الأثقل من المارجوانا بمعدل ثلاثة إلي أربع مرات كل أسبوع.

وقد سمح له والداه بالحصول على دراجة ناريه لو استقام على الطريق وأقلع عن التصرفات التي يأتيها. ولكنه لم يبر بوعده. وحصل بعد ذلك على تسع غرامات مرورية فقد، على أثرها، رخصة القيادة. وقد فسرت أمه كل ذلك بقولها: "الأولاد سيظلون دوماً أولاداً". قالت الأم هذا الكلام للأب وأردفت قائلة: "حاول أن تتذكر كيف كان حالك عندما كنت في مثل سنه".

حسناً، الواقع أن الوالد اعترف بأنه كان مشاكساً وأنه كان دوما يتفاخر بذلك. "لقد كانت أسرتي كلها من هذا القبيل، إذ لم يكن الأمر مقصوراً عليّ فقط. إنها تلك النوعيه من الأمور التي يكفي أن يقول المرء فيها أنه أيرلندي فيصبح حاد الطبع. لقد ظل الأمر على هذه الشاكله طوال

حياتي. إذكر أن شقيقي الأكبر اصطحب معه مضرب الهوكي إلى السيارة لأنها رفضت أن تدور أو تشتغل، وعليه إن كان كن Ken قد حشر قبضة يده في باب الجراج فذاك لا يعني شيئاً.

صحيح أن حشر قبضة كن في الجراج لايعني شيئاً. لم يكن ذلك شيئا سوى شكل من أشكال إنكار الوالدين. إنه ولدي وبالتالي لابد أن تكون فيه مسحة مني. أما الأم فقد كانت تنهي الأمر بقولها: "من شابه أباه فما ظلم". وتتواصل في ذات الوقت مشكلة تعاطي كن المخدرات تحت ستار "الأولاد سيظلون أولاداً".

كل شئ على مايرام

"أنا لم أر أي شئ. هل رأيت شيئاً؟"

هذا الشكل من أشكال إنكار الوالدين هو أكثرها شيوعاً – الإنكار الصريح والمباشر لوجود **أية** مشكلة من المشكلات. وعادة مايكون هذا النوع من الإنكار مصحوباً بجرعة كبيرة من العقلنة.

إذا ما تخلت طفلة عن ركوب الخيل بعد سنوات طويله من الإهتمام به وفسر أحد ولديها ذلك بقوله : "أوه، لقد تخلت عن الخيول لأنها بدأت تهتم بالشباب" فذلك شكل من أشكال العقلنة.

إذا ما بدأت الأشياء تختفي من المنزل وراح أحد الوالدين يلقى باللوم على الصبي الذي حضر لإصلاح سخان الماء،فذلك أيضاً شكل من أشكال العقلنة.

إذا علمت أن طفلك يسرق المشروبات الروحيه من دولاب مشروبات الأسرة ثم يعيد إكمال القوارير الناقصة منها بالماء، إذا ما تجاهلت ذلك، فذلك يعني شكلاً آخر من أشكال الإنكار.

إذا ما اعترفت بالحقيقه التي مفادها أن ابنك يستعمل قليلاً من المارجوانا "ولكنه لايستعمل المخدرات الثقيله على أقل تقدير"، فإنك تمارس هنا أيضاً لعبة الإنكار.

إذا كانت ابنتك قد سجلت إسمها في السباحة في العام الماضي وتخلت عنها هذا العام وظننت أن المدرب لايعرف كيف يتعامل معها فذاك أيضاً شكل من أشكال الإنكار.

إذا ما بدأت فضيات الأسرة في الاختفاء والتناقص وظننت أن الخادمة التى تقوم بالتنظيف أو أي شخص آخر هو الذي ألقى بها في القمامة،

فذاك أيضاً شكل من أشكال الإنكار.

هل استوعبت الفكرة ؟ إنكار الوالدين له أشكال كثيرة . إنه يعيش داخل كل والد من الوالدين – إنه قاتل. وعليه، لماذا يسمح الوالد الذي لايريد سوى الخير لولده ، الوالد الذي يريد لابنه حياه سهلة رغدة ، لماذا يسمح مثل هذا الوالد للإنكار أن يعميه عن الحقائق الواقعيه ويجعله يتغاضى عنها ؟

الإجابه عن هذا السؤال في غاية البساطه. وهي أن أي والد من الوالدين لايريد أن يعترف بفشله في لعب الدور المنوط به ، كما أنه لايريد أن يعترف بأن له إبناً يتعاطى المخدرات "لم أحسب حساب ذلك . لقد اهملت طفلي. لو كنت أماً بحق ... أباً بحق ، لما حدث كل ذلك".

كان من الممكن أن يحدث ذلك لولدك حتى وأنت والدة طيبة، اليس هذا صحيحاً؟ لقد كنت دائماً واعيه وحريصه على اعطائهما الفيتامينات في مواعيدها وكنت تتأكدين تماماً من مراجعتهم لطبيب الأسنان للكشف الدوري عليها. أنت لا تودين أن تعترفين بأنك فشلتي معهم الآن، ليس في هذه المرحلة الحرجة، التي أوشكوا أن يصبحوا بعدها كباراً ويذهبون لحال سبيلهم.

أب ضالع في الإنكار: "لم أكن أرغب في الاعتراف بأن المشكله تتعلق بالمخدرات لأن ذلك سيكون وبالاً عليَّ . لو أن لدي طفل يتعاطى المخدرات، وعلم جاري ، الذي يظن انه شيخ المستقيمين ، فإنه سوف يتعامل معي من منطلق الرابح والخاسر الذي هو أنا . أنا لا أريد أن أعترف أن ولدي يتعاطىالمخدرات في حين .أن أبناءه لايفعلون ذلك ... وهو أمر يدعو إلى الضحك بحق إذ اكتشفت منذ ذلك الحين أن أبناءه يتعاطون المخدرات أيضاً. إن لي هدفا من تحاشي الشعور بالفشل . لأن ذلك سيقلقني في المنزل وفي العمل . لقد أرادت ابنتي أن تناقضني ، لقد أرادت أن تكذب عليَّ وأنا بدوري أردت تصديقها. إن كل ما في الأمر هو أني لا أريد الإعتراف بأن لدي طفلاً يتعاطى المخدرات".

أم ضالعة في الانكار: "كنت أظن أن ابنتي تمر بمرحلة المراهقه، وتحاول الإنفلات من الأسرة. لم يحدث قط أن رأيتها تعود ثملة إلى المنزل والسبب في ذلك أني نفسي لا أعرف ماهو السكر أو الثمول. لم يخطر ببالي قط أن المشكلة تتعلق بالمخدرات. ليست دونا Donna التي تفعل ذلك. لقد تربت إبنتي دونا في بيت متدين ... لقد كنا نذهب سوياً إلى الكنيسه. نحن لسنا من مدمني الكحوليات. نحن لسنا مطلقين. نحن لانتشاجر. أننا والدان سويان".

إنكار الوالدين له علاقه أيضاً بالمشكلات الكبيرة في مجال الزواج". إذا ما تعاطى إبني المخدرات ، ترتب على ذلك ان أكون أنا بدوري أماً سيئة. لقد أهملت زوجي بحق، ولابد أن أكون زوجه سيئه أيضاً.

والشئ الوحيد الذي يتعين على الآباء كلهم أن يسلموا به ويقبلوه عندما يواجهون مشكله من مشكلات المخدرات في الأسرة هو ***أن يمنع الآباء الأبناء من تعاطي المخدرات.*** فأنت لم تلو ذراعهم أول مرة كي يتناولوا الكأس الأولى. وأنت لم تمسك بأصابعهم عندما دخنوا الوصلة* الأولى.

لاترتبط تعاطي المخدرات بالمشكلات التي تدور في المنزل لأن الطفل هو الذي يتخذ قرار تجربة المخدرات وهو يفعل ذلك بمحض إرادته. ابنك يفعل ذلك وهو على يقين ماهوالصواب وما هو الخطأ. انه يتعاطى المخدرات وهو يعلم أن ذلك يعد خرقاً لقيم محددة في المجتمع. إنه يفعل ذلك ويخشى من القاء القبض عليه. إنه هو الذي يفعل ذلك. ولست أنت. إنه لم يفعل ذلك لأنك كنت متشدداً معه. إنه لم يفعل ذلك لأنه كان أقل فكراً من أقرانه. إنه لم يفعل ذلك لأنه كان أصغر سناً، أو أضعف، أو أكبر أو أقوى منهم – المحتمل أن ولدك تعاطى المخدرات لأن أصدقاءه أبلغوه أنها تولد إحساساً جيداً أو لأنه كان يتطلع أن يكون مقبولاً. أنت لست روبرت يونج في الرواية التي عنوانها "الآباء هم الذين يعرفون جيداً" ولست أيضاً فريد ماكموري في الرواية التي عنوانها "أبنائي الثلاثه". أنت والد فعلي يحيا بآمال وأحلام من أجل أطفاله، الأحلام التي قد يؤدي الواقع الى القائها جانباً في بعض الأحيان. ومع ذلك فإن الواقع هو ما ينبغي أن نتعامل معه بنفس القدر من بغضنا له أيضاً، وبنفس القدر الذي يجعلنا نبتعد عنه، وبنفس القدر أيضاً الذي يجعلنا ننكر مثل هذا الواقع.

الإنكار هو مجرد وسيله لشراء الوقت". قد يختفي هذا الموقف إذا ما تجاهلته وغضضت البصر عنه". قد تصحح الأخطاء نفسها بشكل أو آخر مثل المعجزات إذا ما غضضت البصرعنها ودخلت في لعبة الإنكار. إنك تحلم.

عدم التسليم بالواقع يعني استمرارك في أسلوبك اللطيف دون إعتراض منك بأن إسرتك أصبحت خارجه عن السيطرة. كل واحد منا يود أن يعلم أنه داخل نطاق السيطرة–وبخاصة الوالدان. وهذه هي الطريق التي من المفترض أن تسير عليها العلاقة التي تربط الآباء بالأطفال، أليس هذا

المقصود بالوصلة هنا سيجارة الماريجوانا (المترجم).

صحيحاً؟ والوالد الخارج عن السيطرة معناه أن الطفل يترك لتحمل مسئولية نفسه بنفسه –وهنا يحس الوالد من جديد أنه قد فشل في مهمته.

هل يبدو ما أقوله مألوفاً لك ومعروفاً لديك؟ "كان من عادتي أن أمضي الساعات معها وأنا أحكي لها قصصاً وحكايات، وأحاضرها أيضاً . ولكن ذلك لم يفلح . لقد بلغت من الإحباط حداً لم أطق عنده التعامل معها. كنت أطمع أن أكون أماً جيده لا فاشله . كنت أود لها أن تكون فتاة سعيدة، لا ابنه تعاني من المشكلات التي من هذا القبيل . كنت أبدو كما لو كنت أصيح وأصرخ فيها كثيرا لأنها لم تكن تلقي بالاً أو تصغى لما أقول، لم تعد قط إلى المنزل في الموعد المحدد. وعندما حاولت التحدث إليها في هذا الأمر، كانت ترد عليّ بملاحظات لا تُقبَلْ أو تقف وقد ارتسمت على وجهها تكشيره تنم عن عدم الرضى. أذكر أنه في إحدى المرات قبل أعياد الميلاد مباشرة ... انني غضبت منها تماماً وبدأت في دفعها. لم أعبأ مطلقاً إن كانت قد سقطت على منضده أو شج رأسها أو حدث لها أي شئ آخر .

لقد كنت غاضبة تماماً ، كنت حانقة عليها لأنها أفسدت علينا عيد الميلاد. لقد كنت أشعر بالإحباط لأنها لم تلق بالاً لما كنت أقوله لها . لقد آذتني . وفي النهاية تناولت حقيبة ملابسي وقذفتها بها . وأمرتها أن تحزم أشياءها وتترك المنزل . كنت لا أريد أن أراها مرة ثانيه . وعند هذا الحد ، بدأت أشعر بعدم الرضا عن نفسي . أحسست بالذنب . لم أصدق ما كنت أفعل ، ولا ذلك الذي كنت أقوله . كنت أحاول إخراج ابنتي الوحيدة من المنزل".

الإنكار يجعل الوالد يكابر ولا يعترف بعدم تحقق توقعاته . الأب الذي يتمنى لولده أن يكون لاعب كرة قدم محترف . الأم التي تريد لابنتها أن تكون جميله وذائعة الصيت. ملذات بديله. أشياء ربما كان الوالدان يتمنونها لنفسيهما – ولكنهما الآن ونظراً لفوات أوان تلك الرغبات والملذات، فإنهما يتمنونها لأبنائهما. اعتراف الأب بتعاطي الطفل المخدرات يعني الاعتراف أيضاً بعدم تحقق الآمال المرتقبه.

نحن نظن أن بوسعنا قولبة ذلك الطفل الصغير في القالب الذي نريده. "كنت أحب هذه الفتاه الصغيره حباً جماً. كنا نخرج سوياً للتسوق، كنا نفعل كل شئ سوياً. كنا قريبين من بعضنا تماماً. لقد كانت بمثابة بادرتي الصغيرة الطيبه. وأنابدوري كنت أحاول قولبتها على شكل طفلة سعيدة، عظيمه وجميله ورائعة. وعندما بدأت في خلق المشكلات، بدأت التمس لها الأعذار. قلت لنفسي إن ذلك يحدث لأني أعمل ... وقلت لنفسي أيضاً انها

آخذه في النمو... انها طفله رائعه رغم كل ذلك. ولكن المشكلات بدأت تزداد سوءً. لقد تغيرت شخصيتها في عشية أو ضحاها. يبدو الأمر لي وكأن ابنتي الصغيرة الحلوة قد ذهبت الى المدرسة ذات صباح، وعادت بدلاً منها في المساء –الطفلة الخطأ– تلك البنت السيئه الكريهة. لم يعد بوسعي أن أتحدث معها. بل إني لا أعرف حتى من تكون. ابنتي الكاملة. لقد بدأت ابنتي الجميله تتسرب إلى أنابيب الصرف والنفايات. ثم عادت في يوم من الأيام ومعها محظورمن المحظورات، وهنا دار بخلدي أن أقتلها. لقد قتلتها فعلاً. تمنيت لو أني مزقت هذه الطفله إرباً، وأوسعتها ضرباً، وجررتها من شعرها. كنت أخاف على نفسي من نفسي. وفجأة، عاد اليَّ هدوئي ودار بخلدي، "رباه، ابنتي. ماهذا الذي ربيت؟ ماذا جنيت على نفسي؟".

وانتهى الأمر بهذه الأم إلى أن دخلت المستشفى في ساعة متأخرة من الليلة المطيرة التاليه، وطلبت من قسم الطوارئ بالمستشفى أن يسمحوا لها بالدخول. وعندما سألوها في المستشفى عن السبب، قالت: إنها على وشك إن تصاب بالجنون. لقد كانت تصيح بطريقه هيستيريه ولذلك وافقوا لها على دخولها المستشفى. وفي المستشفى أبلغتها النزيله التي كانت معها في الغرفة نفسها "أنت لست مجنونة. ويبدو لي أنك لديك واحدة في بناتك تتعاطى المخدرات". كانت هذه الأم تنكر تعاطي ابنتها المخدرات والمشكلات التي نجمت عن ذلك وطال إنكارها إلى أن وصل بها إلى حد دخول إحدى المصحات العقليه بدلاً من اعترافها بتعاطي ابنتها المخدرات وإدمانها إياها.

إذا كان الاعتراف قاسياً عليك، إذا كانت الأنا عندك متغلغلة بشكل صارخ في عملية الاعتراف فلست وحدك في هذا المجال .

هناك أيضاً واقعة ضابط الشرطه المتقاعد الذي أمضى حياته المهنية كلها في العمل مع مدمني المشروبات الروحيه ومتعاطي المخدرات. وعندما أصبح الأمر يمس ابنه هو ، لم يعترف مطلقاً بأي شئ من هذا القبيل.

"أستطيع أن أحكي لكم عن الكحوليات وكيف يستجيب الناس لها – أنا أعرف الكثير عن الهيروين، والمحفزات Pushers وما إلى كل هذه الأشياء ولكني لم أتعلم شيئاً عما يتعاطاه المراهقون في أيامنا هذه. كل ما في الأمر أنني ظننت أن مايك مراهقاً من المراهقين المعارضين".

أو واقعة العقيد الذي عين مسئولاً عن برنامج المخدرات في الجيش. في حين أن أولاده الثلاثه في المنزل كانوا يتعاطون المخدرات، ومع ذلك لم يشاهد قط شيئاً من هذا القبيل.

العقيد:

دعونا نواجه هذه المشكله بصراحة، لقد كنت في موقع المسئولية، قائداً. كان الناس ينظرون إلى أسرتي نظرة مختلفة. فأبنائي هم أبناء ضابط. والمؤشرات والدلائل كانت واضحه بّينه. ولكني لم أر هذه المؤشرات أو تلك الدلائل. كانت نانسي تعود إلى المنزل وتلقي عليّ وعلى زوجتي بعض التحديات السافرة ، أنتم تعرفون ، "يا إبنى الكلاب ، أنكما لستما والدين طيبين. أنا لايهمني قيد أنمله ان عشتما او متما". كنت أنا المنكر الأصيل ، ولاشك في ذلك مطلقاً. كنت أعلم أن تعاطي المخدرات يدور في منزلي. كنت واعياً تماماً لهذا الأمر لأني أراه كل يوم فيمن أتعامل معهم يومياً، في جنودي، كما كنت أرى ذلك أيضاً في أسرتي ولكني كنت أنكره لأني لا أريد له أن يحدث في أسرتي. هذا هو الحد الأدنى . لقد كنت أعايش المخدرات والكحوليات بين أربعة عشر وستة عشر ساعة يومياً . وعندما كنت أعود إلى منزلي كنت لا أود أن أسمع عن هذا الأمر حتى ولو مثقال ذرة.

"لم تكن هناك مخدرات في ثكناتي. لأني لن أسمح بذلك. ولكني سمحت لها أن تتجول في منزلي ولم أفعل أي شئ إزاءها، بل إني حتى لم أرها".

وماذا عن ضابط الاستخبارات الفيدراليه الذي عاد من عمله إلى منزله ذات يوم فوجد ابنته تستعمل كيساً من البلاستيك * وحزاما من المطاط وضعتهما على منضدة المطبخ؟ لقد كانت الابنه تقوم بتقطيع الكوكائين. وأبلغت والدها أنها تعد مشروعاً استعداداً لحصة العلوم في المدرسة، وأنها كانت تقوم بعمل مظلة. وصدقها والدها.

وهناك أيضا أسرة لندي. **لندي:** "لقد أدمنت المخدرات عن طريق الكنيسه. فقد كانت مجموعة الشباب التي أنتمي إليها معتكفة في إحدى الكنائس في كارولينا الشماليه. وأنا، كما تعلمون، كنت صريحه جداً، ولكني كنت أود أن أكون جزءً من هذه المجموعة. كنت أريد من الأولاد الآخرين أن يحبونني. لهذا قدموا لي الماريوانا... ودخنت سيجارة الماريوانا وشربت المشروبات الروحيه مدة عام، وانتم تعلمون إن ذلك جرى في الكنيسه، وكان يحدث مراراً في المدرسة".

في الكنيسه؟ كيف يحدث ذلك؟ أين كان الوالدان؟

---

* الكيس : مصطلح يشير المراهقون به إلى مقدار من الماريوانا موضوع داخل كيس من البلاستيك ويتباين سعره طبقاً لحجمه (المترجم).

والدة لندي:

"كنت معها في مجموعة شباب الكنيسه. فقد كنت مستشارة لجمعية الشباب الميتوديه Myf، كنت أنا المشرفة على الكبار وكانت ابنتي المشرفة على الصغار. الأم لم تر شيئاً".

لنـدي :

"ذات مرة، قبل بدء اجتماع الكنيسه، طلبت إليّ صديقتي مدمنة المخدرات أن أرافقها إلى دورة المياه. كان بحوزتها كيس به الكثير من التذاكر*. لم أكن أعرف شيئاً عن هذه التذاكر. لقد بدأت فقط في تعاطيها. لا أذكر أي شئ آخر عما حدث في تلك الليلة. وعدت إلى المنزل ولا أتذكر إن كنت قد خلعت ملابسي أم لا قبل النوم".

وأين كان أبوك طوال حدوث ذلك؟ الوالد: "كنت أعمل مديراً لجوقة الكنيسه. كنا متواجدين طوال فترة تواجدها في الكنيسه".

حقاً، حدث كل شئ، رغم أنف الجميع، في الكنيسه. وماذا عن المدرسة؟ كان الوالد مدرساً للموسيقى في المدرسة التي أتعلم فيها. كانت لندي تحضر حصص والدها وهي ثملة وسكرانه. **لندي:** "كنت أجلس في المؤخرة وأعزف عزفاً مرتجلاً عشوائياً. كنت أحسب أنه "طالما لايعرف، فذلك يعني أني في مأمن. واستمررت في تعاطي المخدرات فترة طويله من الزمن".

والد لندي:

"الواقع أني لم أكن أريد مواجهة هذا الواقع – كنت أرفض الاعتراف بأن ابنتي مدمنه تتعاطى المخدرات. كنت لا أزال أعيش في عالم الأحلام – ظننت أننا نفعل الصحيح. فقد كنا نتردد على الكنيسه. كانت لندي ضمن جوقتي في الكنيسه وتلميذه في فصلي في المدرسة. لقد كنا نخيم سوياً. كل ما في الأمر هو أنني لم أرد مواجهة هذا الواقع المر".

الإنكار ليس بالشئ الذي يستطيع الوالدان ايقافه. ويجب ألا يغيب عنا أن الوالدين يريدان أن يصدقا أبناءهم. "الله يُحَرِّمُ أن يكتشف الجدَّين ذلك. ما الذي ستقوله شقيقتي؟ ما الذي سيقوله الجيران؟ وما الذي سيقوله الناس في نادي البردج؟" والوالدان حتى عندما يصلهما الخبر بالطريقه المؤلمة، أي من

* المقصود بالتذكرة هنا كمية من الكوكائين أو الهيروين (المترجم).

خلال الخبره والتجربه، يواصلان اندماجهما في لعبة الإنكار. وعائلة هولدن خير مثال على ذلك.

كان جون أصغر أطفال السيد هولدن الثلاثه. كانت أخته مارجي Margie من المتفوقات، علاوة على كونها لاعبة تنس أيضاً. وعندما بدأت مارجي تتعاطى المخدرات، أدى ذلك إلى تمزيق أوصال الأسرة. قد تظن أن آل- هولدن ربما استطاعوا تحديد الدلائل الأولى لتعاطي ابنتهم المخدرات، أليس كذلك؟ حسناً، إنهم لم يستطيعوا تحديد هذه الدلائل. بل إن هذه الدلائل تحولت إلى جزء من لعبة الإنكار التي كانوا يلعبونها.

الأب :

"كنت على يقين أن جون لايمكن أن يتعاطى المخدرات. فقد شاهد ما صنعته المخدرات بشقيقته. لقد شاهد بنفسه كيف قضت المخدرات على فرصها الرائعة جميعها في الجامعة، وكيف حطمت مستقبلها في لعبة التنس، بل وكل ما كان يسير في طريق التحقق بالنسبة لها. لقد كبر جون ومعه ذلك الشئ المخيف، ويرى ويسمع الصراخ والعويل. لن يتعاطى المخدرات مطلقاً. كنت أشعر بالأمن والارتياح".

الأم :

"لم يخطر ببالنا أن جون كان يتعاطى المخدرات . ولو علمنا بذلك لتدخلنا. إذ كان لدينا بالفعل طفله تخلت عن حياتها بسبب المخدرات. ومن المؤكد أننا لن نسمح بحدوث الشئ نفسه لطفل آخر من أطفالنا ولكن الغريب أننا لم نعرف شيئاً عن تعاطيه المخدرات. أولياء الأمور يتوقعون أن يشاهدوا طفلاً طويل الشعر قبل أن يفكروا في تعاطي ابنهم المخدرات. كان ولدنا مثالاً للطالب الذي يحتذى به. ففي كل مرة كنت أطرح فيها سؤالاً عليه كان يجيب عليّ بسيل من الزاد الفكري. وأنا بدوري لم التحق بالجامعة قط. أنا لم أحصل على قدر كاف من التعليم. ولقد أطلق عليّ ستارة من الدخان إلى أن عجزت عن تحديد مكاني.

لقد ترك تعاطي مارجي المخدرات انطباعاً لدى جون."لقد اقسمت لوالدي اني سوف لن أتعاطى المخدرات مطلقاً. "كنت في الصف السادس. ولقد وصل عدائي للمخدرات حداً جعلني أفتش غرفة شقيقتي وأعثر على وصلة فاسلمها إلى والدي. لقد كرهت المخدرات.لقد كرهت ما سببته تلك المخدرات لعائلتي".

ومع ذلك فقد تلاشت كل هذه الكراهية عندما التحق جون بالمدرسة الثانوية واكتشف أن غالبية التلاميذ يتعاطون المخدرات. في البدايه، لم تكن الأمور بالغة السوء – فقد استطاع الحفاظ على تقديراته، كما استطاع الحفاظ على اسمه في سجل الشرف. ولكن التقديرات بدأت تتناقص بعد ذلك. وهنا ظن والده أنه بحاجة إلى مدرسة أفضل وتهيئة الفرصة له للالتقاء بأصدقاء جدد. ولذا أدخله والداه مدرسة داخليه – دون علم منهما أنهما بهذا العمل قد أعطيا جون تصريحاً مجانياً بالسكر والثمول كل يوم. ومع ذلك، استمر جون في تردده على منزله في عطلة نهاية الأسبوع.

جون :

"كنت أسكر يوم الجمعه ثم أعود بعد ذلك إلى منزلي بالحافله. وكان يوم السبت هو اليوم الوحيد الذي أراعي فيه الاستقامه وأحافظ عليها. كنت أعود إلى المدرسة يوم الأحد وأعاود السكر من جديد. كنت أبيع الأشياء التي أحصل عليها في أعياد الميلاد، لزملائي في المدرسة. وعندما كان والداي يسألاني عن سماعات الأذن Headphones كنت أجيب أن شخصاً ما قد أخذهما. وينتهي الأمر على ذلك، كنت أبيع مضرب التنس الذي ثمنه مائتي دولار بعشرة دولارات فقط لمجرد الحصول على المخدرات ليس إلا لأنني كنت قد يئست بالفعل. لقد بعت ساعة قيمتها مائتين وخمسين دولاراً بعشرة دولارات فقط، في مرة من المرات، حتى أتمكن من الحصول على بعض الكبسولات المخدرة ".

كان جون يسرق من المحلات كل مالايحق له بيعه–كان يسرق المسجلات، سماعات الأذن، أجهزة التسجيل. كما كان يسرق من والديه أيضاً. ففي إحدى عطلات نهاية الأسبوع، سرق ساعة جده الذهبيه، كما سرق أيضاً حليه ذهبيه من حُليّ والدته. وعندما رجع جون إلى المدرسة، باع كل ذلك نظير ربع رطل من الماريوانا. وبرغم كل ذلك استمر السيد هولدن وزوجته في إنكارهما. فقد تهاون ابنهم المجد في تقديراته،وبدأ التجوال مع بعض الأصدقاء "غريبي الأشكال والملامح"، وكان لابد من طرده من المدرسة الداخلية، إذ بدأت كل ممتلكاته (وبعض من ممتلكاتهم) في الاختفاء، ومع كل ذلك كانا يظنان أن الأمر لاينطوي على أي شئ من الخطأ.

كان جون يتعاطى الماريوانا، الكحول، المحفزات، المغُلّيات، المخفضات، الحشيش، الوصفات، البسب، الكوكائين، المذيبات، وكذلك الغراء*.

* راجع قائمة أسماء مصطلحات المخدرات في نهاية الكتاب (المترجم).

أخيراً – وفي مناسبة الذكرى السنويه لزواج السيد هولدن وزوجته، الواقع أن جون كان قد طرد فعلاً من المدرسة الداخليه.وعاد بخفي حنين إلى منزله. فلن توافق أية مدرسة خاصة على قبوله أو الاقتراب منه. ولذلك التحق بمدرسة عامة واستطاع أن يتخرج منها ويلتحق بإحدى الكليات المتوسطه. ولكن أموره ازدادت سوءًا. فقد تعاطى مرتين جرعات أكبر من الجرعات المقررة من المخدرات. وفي النهاية أمسك به والداه متلبساً على الشاطئ، وهو سكران مع صديق من أصدقائه. وفي النهايه توقف الوالدان عن المضي في لعبة الإنكار. وأدخلا ابنهما في برنامج من برامج العلاج من المخدرات.

وحقق جون تقدماً كبيراً في البرنامج، واجتاز مراحله بسرعه إلى أن سمح له في النهاية بالعودة إلى كليته المتوسطة . وعاد إليه تفوقه الدراسي . وتنفس آل هولدن الصعداء . وراح واحد منهما يعود به كل يوم من الكليه المتوسطه يومياً . لقد خسرا ابنتهما ولكنهما انقذا ولدهما . إلى أن ...

الوالد :

"ذهبنا ذات ليله لاحضاره من الحرم الجامعي في الموعد المعتاد وهو الساعة الثامنه وخمسة عشر دقيقه. كنت أزداد فخراً دوما في كل مرة كنت أشاهد فيها ذلك الصبي المستقيم وهو يقترب مني عند المنعطف، وهو يتأبط كتبه، وتبدو الوسامة على ملامحه. ولذلك كنت انتظره وانتظر مع قدومه ذلك الاحساس الطيب الذي كان ينتابني في كل مرة أراه فيها. ولكنه لم يأت. وبحثت عنه في كل أنحاء المكان. كنا نفتش كل أنحاء الحرم الجامعي ونحن مذهولين. كنت على يقين أنه قد أصابه مكروه بشكل أو بآخر...أو ربما يكون قد وصل المنزل بوسيلة انتقال أخرى...أو ربما يكون أحد قد اختطفه".

خطر كل شئ على بال آل هولدن إلا الحقيقه التي مفادها: أن إبنهم قد عاد ثانية إلى المخدرات. وبعد خمس دقائق فقط من اتخاذ قراره بالهروب كان في عداد السكارى والمخمورين. وبعد عشرة أيام من هروبه، عادت الابرة إلى الانغماس من جديد في ذراعيه، لتضخ المخدرات في جسده.

الأمر بسيط بطريقه مأساوية. فقد كان لدى آل هولدن جميع الأسباب التي تجعلهم لا يمارسون إنكار الوالدين. لقد خاضوا هذه المعركه من قبل. غير أن شيئاً في داخلهما هو الذي جعلهما يواصلان إنكار تعاطي جون المخدرات . لقد تماديا في انكارهما مرة بعد مرة بعد مرة .

إنكار الوالدان يلعب دوراً كبيراً في تمديد أجل مشكلة الأبناء والمخدرات. والسبب في ذلك أن الوالد الذي ينخرط في لعبة الإنكار لايستطيع أن يتبين المشكلة أو يفهمها أو يوجد حلاً لها. إن إخفاء الرأس في الرمال يترك بقية البدن مكشوفاً. وأنا أورد فيما يلي قائمة بالأشكال المختلفة التي يتخذها إنكار الوالدان. وإذا ما مس أي مكون من مكونات هذه القائمه عصباً من أعصابك، فذلك يعني إنك تكون لديك مشكله من مشكلات المخدرات. أما إذا وجدت أن الكثيرمن هذه الدلائل معروف لك ومألوف لديك فاعلم انك بالفعل لديك مشكله من مشكلات المخدرات. أما إذا تعرفت على الجزء الأكبر من هذه المكونات فذلك يعني انك بحاجة إلى مساعدة الغير لك.

قائمة الأشكال التي يتخذها إنكار الوالدين

١ - *هل تبدو عينا ابنك حمراوين معظم الوقت؟ وهل يحتفظ ابنك بنوع خاص من قطرات العين؟*

٢ - *هل تتغاضى عن التغيرات التي تطرأ على سلوك ولدك ؟ التغيير في التقديرات والتغييرات التي تطرأ على شخصيته ؟*

٣ - *هل تعزو سلوك ابنك غير المقبول إلى "مسألة النمو" أم إلى "أنه مجرد صبي" ؟*

٤ - *هل تلوم زوجتك على مشكلات ابنك ؟*

٥ - *هل تضغي إلى زوجتك أو إلى الغرباء عندما يهمسون لك بأن ابنك ربما يعاني مشكله من مشكلات المخدرات ؟ أم انك تشتط غضباً ممن يوجه اليك مثل هذا الهمس ؟*

٦ - *هل تحس انك فشلت في دورك كوالد ؟*

٧ - *هل تنطلي عليك القصص التي يرويها لك ولدك عن أن المخدرات أو الأدوات التي عثرت عليها في غرفته هي ملك لأحد أصدقائه ؟*

٨ – إذا كنت أماً عامله ، فهل تلومين نفسك على المشكلات التي يعانيها ولدك بسبب غيابك عن المنزل ؟ وإذا كنت أباً عاملاً ، فهل تلوم نفسك على الساعات الكثيرة التي تنفقها في عملك ، ولابتعادك كثيرا عن المنزل؟

٩ – إذا دخلت غرفة ابنك الآن ، فهل يمكنك اكتشاف أية علامة أو دليل من دلائل تعاطي المخدرات ؟ وماذا ستفعل إذا ما اكتشفت ذلك ؟

١٠ – هل تلوم الطلاق أو غياب أحد الأبوين عن المنزل في السلوك الذي يسلكه ولدك ؟

١١ – هل تشعر بالقلق إزاء المشكلات التي يواجهها ابنك أثناء عملية التكيف مع النمو ؟

١٢ – هل اعترف لك ابنك بتدخين الماريوانا ؟ هل يتحدث معك عنها ؟

١٣ – هل يعترف ابنك بأنه لايدخن "سوى" الغليون*؟ وهل تصدق ما يقول؟

---

* إشارة إلى تدخين الماريوانا (المترجم).

الفصل الثانى

إنكار الأبناء

"المخدرات ليست مشكلتي"

يعد إنكار الأبناء، شأنه شأن إنكار الآباء، انغلاقاً عاطفياً كبيراً. إذ يعطي الأبناء فرصة إنكار أن المخدرات لها أى تأثير ضار على الحياة.

وجميع الأبناء الذين يتعاطون المخدرات يمارسون لعبة الإنكار، "حقاً، أنا أستعمل المخدرات ولكني أتحكم فيها"، وهذه هي الطريقة التى يقنع الأبناء أنفسهم بها أنهم هم الذين يسيطرون على المخدرات وليست هى التى تتحكم فيهم وتسيطر عليهم.

"أنا من النوع البارد، أود أن أتعاطى المخدرات، فأنا أهوى أسلوب تعاطى المخدرات البارد فى هذه الحياة." هذا إنكار.

"بوسعى أن أتوقف عندما أشاء" هذا إنكار أيضاً.

"إنتبه ، أنت لا تعرف ما هي المخدرات، وأنت لا تفهم إن كانت المخدرات تفيدني أو تضرني. أنت لم تثمل مطلقا – أنت لا تعرف كنه هذا الإحساس. إنكم جميعاً مغفلون. أنتم لا تعرفون شيئا عن نوعية الحياة الجيدة" هذا إنكار.

إنكار الأبناء يهئ لمتعاطي المخدرات الفرصة التى يستطيع أن يعزو من خلالها كل ما هو سيئ فى حياته إلى أمور أخرى غير المخدرات. وهذا الأمر الأخر قد يكون شخصاً آخر، أو موقفاً بعينه، أو حتى المجتمع نفسه – ولكنه لا يمكن أن يكون المخدرات على وجه الإطلاق. المخدرات هى التى تجعل الأشياء أفضل. وهى التى تساعد على توليد الأحاسيس الطيبة .

والإبن عندما يلقى القبض عليه لحيازة الماريوانا، يقول إن الشرطي Cap الذى يصادر الأفيون يستعمله فى السكر والثمول. الشرطى سيئ.

والمدرس عندما يواجه طالباً عابساً فى المدرسة، ولا يعيش فى حدود إمكاناته وموارده، يتعلل الطفل بأنه يريد أن يترك المدرسة مهما كانت الأسباب وبأى ثمن إنه يذهب إلى المدرسة لأنه مضطر إلى ذلك. كما أن كل أولئك الصبيه الذين يحصلون على تقديرات طيبه هم من "الفضلاء". إنهم لا يتعاطون المخدرات. المدرسة ليست جيده.

إذا ما بدأ جون، الذى كان والده وجده طبيبين، والذي يحلم دوما بأن يكون هو نفسه طبيباً، إذا ما بدأ يقول إن المدرسة كئيبة وغير صالحة، فهو يوجه اللوم إلى كلية الطب من منظور الحقيقة التى مفادها أن كل من يلتحق بكلية الطب إنما يفعل ذلك من أجل المال. إنها مهنة إرتزاق. إن النظام ينضح عفنا.

المشكلة دائماً عند من يتعاطى المخدرات تتعلق بشئ أو شخص آخر غير المخدرات. وهذا الشئ أو الشخص هو رجال الشرطة، المدرسون، النظام، الوالدان، أما أن يكون ذلك الشئ هو المخدرات فهذا مستحيل بل وعاشر المستحيلات، المخدرات ليست السبب فى توليد تلك الشاعر والأحاسيس المقيته الكئيبه. المخدرات ليست هى التى تجعلنا نتقئ، أو نبكي إلى أن نروح فى سنة من النوم، أو تقودنا إلى الجنون. المخدرات لا تسأل إلا عن المشاعر والأحاسيس الطيبه.

كاي : ألقيت باللوم على كل من أبي وأمي. أبى لم يقل لى مطلقاً، "أنا أحبك"، أو طوقني بذراعيه أو إحتضنني. لقد قلت لأبي وأمي أني أكرههما. لقد تشاجرت معهما مراراً ... أعنى أنى تشاجرت معهما بالأيدى. كنت غير ملتزمه فى المدرسة وألقيت باللائمة على المدرسين. كنت أعتقد أن المدرسين يكرهونني ... كنت أظن أنهم يعتبرونى غبية لأنى لم أستوعب بعض المقررات. كانت أحوالى آخذة فى التدهور. لقد كانوا يضايقوني طول الوقت. إنهم لم يفهموني. أنا لا أعتقد إن المخدرات هى السبب لأني لم تظهر علىّ دلائل أو علامات المدمنه السيئه الضالعة فى المخدرات.

"ثم حملت بعد ذلك والقيت باللائمة على أهلي وناسي. لو أن أهلي غمروني بالمزيد من الحب، لما عاودت النوم مع ذلك الصبي ومعاشرته لي. كنت أعود إلى غرفتي في الليل وأجلس على الأرض. الملصقات كانت في كل ركن من أركان غرفتي. كنت أطفئ أنوار غرفتي ولا يتبقى لي سوى ذلك الضوء القليل القادم من مصابيح الشارع. وأجلس في الغرفة وأقول لنفسي: "أنت على وشك الجنون، ياكاي، أنت على وشك الجنون بحق. أنت مريضة تماماً. إن أمك تكرهك. وأبوك يكرهك أيضاً، بل كل إنسان يكرهك

أيضاً. أنت قبيحة المنظر؛ لم يخطر ببالي قط أن المخدرات هي السبب. ثم بدأت أفكر بعد ذلك في الإنتحار ...".

ديفيد : "ألقيت باللوم على كل من أعرفهم. وعندما كان المستشارون والإخصائيون يسألوني عما جرى لي، كنت أجيبهم بأن أخي ميخائيل كان أسوأ حالاً مني، كنت أقول ذلك لمجرد صرف الإنتباه عني. كنت أفعل ذلك لأخدعهم. يضاف إلى ذلك، أنني كلما كنت أقع في ضائقة أو مشكله كنت ألقي دائماً باللائمة على الحقيقه التي مفادها أني كنت مختلفاً عن بقية الناس والسبب أني ليست لي سوى كلية Kidney واحدة. ثم أدركت بعد ذلك أن الجميع سوف يتعاطفون معي ويشفقون عليَّ فيما بعد".

كارل: "ألقيت باللائمة على أهلي وناسي فيما يتعلق باستعمالي المخدرات وتعاطيها. لقد كانوا يضطروني إلى العودة عند الساعة التاسعة والنصف ليلاً أيام المدرسة وعند الساعة الحادية عشر والنصف في أيام العطلة الأسبوعية هذا مالم أكن أصلاً قائماً بالذهاب إلى مكان خاص. وعليه فقد كنت أقول لهم: إنني أشاهد عدداً كبيراً من الأفلام التي يتأخر عرضها إلى ساعة متأخرة من الليل، وبذلك كنت أتمكن من البقاء خارج المنزل حتى الساعة الواحدة صباحاً. ولكن لم يحدث قط أن ذهبت لمشاهدة أي فيلم من تلك الأفلام. يضاف إلى ذلك أن أصدقائي كانوا يتأخرون عن العودة إلى منازلهم إلى ساعة متأخرة من الليل كلما أرادوا ذلك، ولم يكن أحد من أهليهم يفعل لهم أي شئ أو يحاسبهم على ذلك. لقد كنت مستاءً من ذلك في واقع الأمر. كنت أشعر بمرارة بحق، كنت أحس أنهم يطاردوني طول الوقت كما كنت أكره إبلاغ أصدقائي بأنني لابد أن أعود إلى منزلي في الوقت الذي سيبقون هم فيه عدة ساعات بعد ذلك خارج منازلهم".

أذكر أني نبذت فريقاً ذات مره عندما كنت على الشاطئ وأنفقت مائة دولار، كنت قد ادخرتها من عملي، على المخدرات. كنت أعمل على (انبساط) ثمول الجميع وكان الجميع يستحسنون ما أفعل لأني بدأت أشتري المخدرات، ومع ذلك كان لابد أن أعود إلى المنزل عند الساعة الحادية عشرة. لقد كانت الشِّلة شلتي ولكن لابد من العودة إلى المنزل. كان أصدقائي جميعاً يبقون خارج منازلهم حتى الثالثه صباحاً يثملون بمخدراتي، أما أنا فلابد من عودتي إلى المنزل. لقد أغضبني ذلك بحق. يضاف إلى ذلك أنني لم أكن أستطيع أن أصطحب معي بعض المخدرات الثقيله إلى المنزل، والسبب في ذلك أنني كان يتحتم عليِّ أن أعود إلى المنزل ومع ذلك

كنت أتخلص من هذه المخدرات بإعطائها لأناس آخرين. لقد كنت أحس أن أهلي وناسي يقسون عليّ أكثر من اللازم".

الإنكار عن الآخرين

"أنا ؟ مخدرات ؟ مستحيل".

يعرف كل ابن من الأبناء أن الكبار المسئولين – الآباء ، المدرسون، المدربون، الأقارب وكذلك الجيران، يرون أن تعاطي المخدرات عمل خاطئ. ولما كان المراهق يود أن يكون مستقيماً في نظر هؤلاء الكبار، فمن المهم له أن ينكر عنهم أية علاقه تربطه بالمخدرات. وهذا النوع من الإنكار لايكون عسيراً على المراهق في بداية الأمر. فهو يثمل و (ينبسط) مع أصدقائه من حين لآخر، ولكنه يركز على تلك الأمور التي تجعل الكبار يرضون عنه. فهو لايزال يحافظ على علاقة طيبة تربطه بوالديه. ولم تبدأ تقديراته الدراسية في التدهور بعد.

ولا يزال يحافظ على مواعيد التدريب ولايزال بوسعه أن يؤدي أداءً طيباً في اللعبه التي يمارسها. ويضاف إلى ذلك إن جدّيه راضيان عنه ويفخران به. كما أنه مؤدب مع الجيران. هل تذكر شخصية إيدي هسكل Haskell في الروايه التي عنوانها "إتركها للقندس* "؟ "مرحباً بالسيد كليفر ومرحباً بحرم السيد كليفر. سيدتي حرم السيد كليفر، كم أنت جميلة اليوم! هل والاس موجود بالمنزل؟ طبعاً إذا كان يقوم بحل واجباته المنزليه لا أريد أن أعطله أو أزعجه".

كل إنسان يظن أنه يسير على الطريق المستقيم القويم. والطريق القويم شاق. والأفضل أن تصبح ياعزيزى مدمناً كبيراً. لأنه طالما أنه ليس هناك من هو أرجح منك عقلاً، فإن سخونة الموقف تغيب عنك، الأمر الذي يجعل استمرار تعاطي الصبي للمخدرات يقوده مباشرة إلى طريق الكارثه".

إلى هنا نجد أن كل أشكال الإنكار التي أوردناها صادرة عن وعي، وبعد تفكير، ونفذت تنفيذاً جيداً والسبب في ذلك أن المخدرات لم تبدأ بعد تلعب ذلك الدور الكبير في حياة الصبي. ولكن تعاطي المزيد من المخدرات يصاحبه المزيد من الإنكار، سرعان ما يتحول الصبي بعد ذلك إلى دوامة الإنكار اللاإرادي.

لقد أصبح الإنكار ذا طابع ثانوي عند الصبي، بمعنى أنه أصبح في

* يقولون له أيضاً "السّمور" : حيوان من القوارض ثمين الفرو . (المترجم).

المرتبة الثانية من اهتمامه؛ وهذا يعني أن الكذب والخداع أصبحا مهمين لوجوده، المُخَدّر مثل النوم والطعام. لقد أصبح يعمل عمل الطيار الآلي.

ولكن سرعان ما تبدأ الشروخ في الظهور للعيان بصورة متدرجة وغادره ... وتبدى ذلك اول ما يتبدى في علاقة الطفل بأهله وناسه . ثم تبدأ تقديراته في التدهور بعد ذلك. وسرعان مايُفَوّت على نفسه الكثير من فترات التدريب الأمر الذي يدخل المدرب في مواجهة معه. ويبدو مظهره بعد ذلك مهلهلاً ولا يطاق . والأجداد لايستطيعون أن يحددوا أو يتبينوا ذلك الذي يسعى إليه الشبان وينشدونه. يضاف إلى ذلك أن الجيران يعتقدون، "أوه ، لا، لايوجد مدمن في المنطقه التي نعيش فيها". لقد بدأ الكبار يشغلون عقولهم. ومع ذلك لايزال الصبي المدمن متورطاً في إنكاره اللاإرادي إلى الحد الذي يجعله يستمر في ممارسة ذلك النوع من الإنكار.

الإنكار على الذات

"أنا عال العال . ليس بي أي شئ"

إنكار المدمن على ذاته يسير على مثل هذا النحو. إذ يبدأ الطفل بالقول أنه سوف يتعاطى المخدرات من حين لآخر وعلى مرات متباعدة ، لمجرد أن يساير فلان الأصغر منه سناً، ولمجرد أن يظن أصدقاءه أنه صبي مثلهم، وأنه ينتمي إلى (الشلّه) . ثم يتحول هذا الإنكار إلى : "لن أدخن إلا في عطلة نهاية الأسبوع فقط، ولن أدخن سوى الماريوانا ولن أشرب سوى الكحوليات". وما أن تبدأ تلك الحدود في الإختفاء حتى تبدأ عملية الإنكار. الواقع أن الصبي كان يتعاطى المخدرات عندما قال أنه لن يتعاطاها. إنه يتعاطى مخدرات أقوى من تلك التي قال عنها إنه لن يتعاطاها. إنه غير قادر على التحكم في كمية المخدرات التي يتعاطاها. علاوة على أنه قد يتعاطى في بعض الأحيان جرعات أكثر من اللازم. (الإفراط في تعاطي المخدرا ت يعني عدم التحكم في مقدار المخدرات التي يتعاطاها المدمن. معنى ذلك، أن الصبي الصغير يتعاطى الكثير من المخدرات وينتهي الأمر به إلى المرض لأنه لم يعد قادراً بعد على التحكم في مقدار المخدر الذي يحتاجه ليكون ثملاً. وقد ينطوي المرض هنا على الوفاه، الغثيان، القئ، الصداع الشديد، زيادة ضربات القلب أو انخفاضها، قصر النفس، فشل الجهاز التنفسي، تنميل الساقين، ..الخ).

وبرغم كل ذلك ، يحتفظ بشئ من الضمير. فهو يشعر بالذنب والخجل. ولذا يصبح من المهم له أن ينكر على ذاته (نفسه) تعاطيه المخدرات وحاجته

إليها . "بوسعي أن أتوقف عن المخدرات وقتما أشاء ولكنــي أهـوى الثمـول . أنا أتعاطى المخدرات لأني أريد ذلك، لأني عندما أتعاطاها أحس أني على ما يرام. إنني لست مجبراً على تعاطي المخدرات".

ويواصل المدمن الصغير، طوال الوقت، مناجاتـه لنفسـه قـائلاً: "أنـا لا تسبب لي المخدرات أي قلق أو مشاكل". بقية البشر قد يعانون من المخـدرات أما هو فلا والسبب في ذلك أن بوسعه أن يعرف الكثير من الأشخاص الذين يتعاطـون المخدرات بكميـات أكبر في أغلب الأحيان. بوسعه أن يخدع نفسه إلى مالا نهاية. "لا، ياسيدي، لست أنا، الذي يعاني من ورطه مع المخدرات".

يستطيع الصبيه المدمنون وهم ينكرون على أنفسهم تعاطي المخـدرات أن يلتمسوا لأنفسهم الأعذار المناسبه "التي تبرر لهم تعاطيهم المخدرات.

تود Todd: "منذ فترة من الزمن قلت لنفسي أني أود أن أكـون مؤلفـاً لأنـي قرأت عن المؤلفين وعن تعاطيهم مخدر لسد Lsd،حتى يكتبون شـعراً جيداً. وكان ذلك بمثابة التبرير الذي قدمته لنفســي. لقد كـان ذلـك هـو السـبب فـي إدماني. وعليه أمكنني أن أساهم بشكل أو بآخر".

يتغافل الصبية المدمنون الذين يستشـهدون بـالقصص التـي تـروى عـن استخدام الماريوانا في علاج الجلوكوما أو استعمال مخـدر الـ THC لمنـع الغثيان الذي ينجم عن العلاج الكيماوي يتغـافلون عـن القصـص التـي تـروى أيضاً عن الآثار الضارة التي للمواد نفسها. إنهم يوظفون المعلومـات لتدعـم إنكارهم وتسانده.

وهـذا النـوع مـن الإنكـار يكبـت التفكير العقلانـي الـذي يمكـن أن ينقـذ الصبي المدمن ويخلصه مما هو فيه.

أنواع الإنكار

"هناك أكثر من طريقة لتجاهل الألم".

التقليل من شأن المشكلة:

من الطبيعي والمعتاد أن نسمع صبياً يتعاطى المخدرات يقـول: "أنـا لا أتعاطى الهيروين. أنا لا أغرس الإبر في ذراعــيّ. أنـا لا أعـاني مـن مشـكلة المخدرات". "كل ما في الأمر هـو أننـي تعـاطيت عـدة مـرات قليلـه جرعـات أكثر من المعتاد وكان السبب في ذلك رداءة نوع المخـدرات التـي تعاطيتهـا. لقد ضحك عليَّ المعمل غير القانوني".

يبدو هنا أنه طالما هناك شخص آخر أسوأ حالاً من المدمن الصغير، فإن هذا المدمن الصغير يضحك على نفسه ويخدعها عندما يصدق أنه لم يصل بعد إلى مرحلة المشكله ... كما لو كان هناك خط سحري يعبره المرء، تدق عنده الأجراس، تنطلق عنده آلات التنبيه، تبوق عنده الأبواق، وتنبعث عنده أضواء التحذير لتقول: "لقد أصبحت الآن مدمناً رسمياً.

والمدمن "غير الرسمي" يقول: "أنا لا أدخن الماريوانا كل يوم. " الواقع أنه ربما لايضيع سوى يوم واحد في الشهر، يوم واحد لايسكر فيه، ولكن ذلك اليوم، من منظوره هو، هو الذي يجعله يقلل من شأن تعاطيه المخدرات. إنه ليس مدمناً رسمياً. إنه لم يتعاطى الجرس* بعد، إنه يعبر خط النهاية بعد، إنه لم يتجاوز بعد الحدود الموضوعه.

ومع ذلك يتواصل تغيير تلك الحدود. فقد يبدأ المراهق الذي يتعاطى المخدرات بالقول: "إن تعيَّن عليّ أن أشتري المخدرات بنفسي فلن أتعاطاها". أو أن يقول: "إذا ما أجبرت على إنفاق نقودي الخاصة، فلن أقرب المخدرات". أو قد يتحول ذلك التقليل من شأن المشكله إلى "حسناً، أنا على أقل تقدير لا أنام مع الصبيه المراهقين حتى يدفعوا لي ثمن ما أتعاطاه من مخدرات، فأنا موظفة." وقد يتحول هذا الشكل، أيضاً إلى شكل آخر هو، "أنا لا أنفق على المخدرات سوى مائة دولار في الأسبوع. "ويستمر الحال على هذا المنوال الذي يسير عليه الصبيه وهم يقللون من حجم المشكلة".

السلوك القمعي:

قد يستاء الطفل الذي يبدأ علاقه طيبة مع والديه من التصرفات التي يأتيها أصدقاءه المدمنون ولذلك يقطع على نفسه عهداً، "لن أعامل أمي هذه المعاملة مطلقاً. كل مافي الأمر أنني لن أقترب منها والمخدرات بصحبتي لأني لا أطيق أن أفعل ذلك مع أمي. "والخطوة التاليه، تتمثل في شكواه لأصدقائه المدمنين من الضغط الذي توجهه إليه "السيدة العجوز". وفي الطلعة والدخلة يروح يقول لها: "إخرسي، أيها الكلبه، أتركيني وشأني، ليس من حقك أن تسأليني أين كنت". وفي النهاية نجد هذا الطفل الذي قطع على نفسه عهداً ألا يرد على أمه مطلقاً، يسحب عليها سكيناً عندما يكون ثملاً أو مخموراً. وهو من منظوره إلى نفسه لم يتغير مطلقاً. وإنما أمه هي التي تغيرت. لقد بدأت تستثيره. إنه يكبت جميع المشاعر التي تراوده عن إيذاء أمه إنه يبتلع الألم ويحتبسه في أعماقه حتى لايضطر إلى التعامل معه. إنه لايريد أن يجبر

* إحدى الوسائل والأساليب التي يتعاطى المدمنون بها المخدرات . (المترجم)

نفسه على مواجهة تصرفاته وتحمل المسئولية التي تترتب عليها – كما أنه لايريد أن يشعر بالذنب.

وبهذه الطريقه، يستطيع المراهق المدمن أن يحمي نفسه من معاناة المزيد من الألم. "أنا لم أفعل ذلك قط. لم أؤذي والدي قط بهذه الصورة. أنا لم أصنع من نفسي قط مسخة أمام عائلتي أو أصدقائي". والأمر هنا يشبه ذلك الشخص، الذي يضع على رأسه، بعد أن يسكر ويثمل، أباجورة Lampshade ثم يتذكر في اليوم التالي أنه كان مصدر الحياة والبهجة أثناء الحفل. وهنا نجد أن الأمر يتعلق بسلوك القمع الذي يمارسه المراهق المدمن. فالمدمن لايعنيه سوء سلوكه بقدر ما يعنيه انه لايزال يحتفظ "بهدوئه" Cool.

تفسير المشكلات وتعليلها:

المراهق المدمن الذي يمارس لعبة الإنكار لديه تفسير لكل شئ . فإذا ما ألقي القبض عليه يقول: " وماذا بعد إلقاء القبض علىَّ ؟ إن الكثيرين يلقى القبض عليهم . حيازة المخدرات ليست سوى تصرف سئ وسوء سلوك. إنها لاتتكلف أكثر من غرامه مرورية. إنها لاتعني شيئاً مطلقاً". وعندما يبدأ العراك العائلي، يفسره المراهق المدمن بأن والده أمضى يوماً نكداً في مكتبه وكان لابد أن يتعاطى مشروباً كحولياً عندما عاد إلى المنزل. ومن ثم فقد قضى هو المراهق المدمن) بدوره يوماً نكداً أيضاً، حتَّم عليه أن يتعاطى المخدرات ليتغلب على ما كان فيه.

تيري : كثير النوم في غرفة الدراسة. إنه يبدد الجزء الأكبر من وقته سدى. وعندما تتهمه أحدى المدرسات بأنه يأتي إلى غرفة الدراسة "محروقاً"* فإنه يشرح ذلك ويفسره قائلاً: "أنا لم أذق طعم النوم الليلة الماضيه. لقد بدأ والداي يتشاجران من جديد. إنهما يتشاجران طول الوقت. لقد كنت أسمعهما وأنا داخل غرفتي، وهما يتصايحان. لقد أوشكا على الطلاق والإنفصال. أنا لا أريد لهما أن ينفصلا ولكنهما ربما ينفصلا. وهنا لن يكون الأمر صعب علىَّ وإنما على شقيقي الأصغر الذي لم يتعد الرابعة من العمر. وأنا أشعر بشئ من المسئولية عنه لأني أنا الذي أرعاه طول الوقت. لقد شعر بالخوف الليله الماضية ولذلك أحضرته لينام معي في سرير واحد. أنا لم أذق طعم النوم. إنني متعب بحق".

---

* حاله بدنيه ونفسيه ينزل متعاطي المخدرات خلالها من حالة الإنسجام والسكر إلى حالة الإحساس بالضياع والإنحراف . (المترجم)، راجع قائمة مصطلحات المخدرات في آخر الكتاب .

وهنا لاتتراجع المدرسة عن اتهامها وإنما تتعاطف مع تيري على أن تراعي ذلك مستقبلاً في المرات القادمة. ويأتي تيري بعد ذلك إلى غرفة الدراسة مرجوماً*. ومع ذلك ، إذا ما سألته المدرسة عما هو فيه فإنه لن يفشل في إنتحال عذر من الأعذار الأخرى.

الإلقاء باللوم على الآخرين:

هرب روب Rob من المدرسة ولكنه انكشف أمره. لم تكن تلك المرة الأولى ولذلك استدعت المدرسة والديه وأبلغتهما بذلك. وعندما سأله والداه عن ذلك قال: إن العميد هو السبب. قال إن العميد هو الذي رتب ذلك له: لقد هرب أربعة أطفال آخرين ولم يشغل العميد نفسه إلا باستدعاء والدي أنا.

كان جيم يعمل في أحد محلات الوجبات السريعة. كان يسرق الطعام هو وبعض الأصناف الأخرى من المحل بصورة منتظمه. وعندما قبضوا عليه متلبساً ألقى باللوم على مدير المحل. "هذا الرجل طاغية ومستبد. إنه لايتركنا نتمتع بفسحة الراحة. لو أنه يترك لي فرصة الاستفادة من الوقت المخصص للغداء، لما سرقت الطعام. يندر أن يعطيني هذا الرجل فسحة من الوقت أذهب من خلالها لدورة المياه".

المراهقون المدمنون يلقون باللائمه أيضاً على أناس آخرين فيما يتعلق بسلوكهم العنيف في المنزل. خذ ديفيد على سبيل المثال، كان من عادته أن يعود إلى منزله ثملاً ومخموراً بصورة منتظمة. وعاد والده من العمل ذات يوم بعد الظهر فوجد إبنه الصغير المرجوم نائماً على الوسادة، فصاح والده فيه قائلاً: "إنهض، أيها الكسول عديم النفع" وقفز ديفيد من فوق الوسادة وأمسك بخناق والده. وفي الوقت الذي تدخلت والدة ديفيد، كان والده يكاد يموت مختنقاً وأحمر وجهه. ترى، ماذا كان تفسير ديفيد لذلك؟ "ينبغي ألا يكلمني بهذه الطريقة. إنه يدخل المنزل ويتصرف كما لو كان بوسعه أن يأمرني بالتحرك هنا وهناك. حسن، إنه لايستطيع ذلك. لو أنه يعاملني معاملة المخلوق العادي لما أمسكت بخناقه".

هذه هي حالات صبيه التمسوا لأنفسهم أعذاراً عن طريق توجيه اللوم إلى شخص آخر. ليس من بينهم أحد يلقي باللائمه على المخدرات في الاتهامات التي توجه إليه؛ الأفضل عنده أن يجد شخصاً آخراً – أي إنسان آخر – يلقي عليه باللائمة.

* مصطلح يطلقه المراهقون المدمنون على حالة السكر الشديدة جداً الناتجه عن تعاطي الماريوانا. (المترجم)

محو المشاعر وإخفائها:

تعاطي المخدرات تجربة مؤلمة، وإخفاء المشاعر ومحوها، أو بمعنى آخر إخفاء ذلك الألم يعد وسيلة من الوسائل التى يخدع المرهقون المدمنون بها أنفسهم.

الوقت هو مناسبة عيد الميلاد. وهذه المناسبة تعني دوما الأوقات السعيدة الهانئة في أسرة سوير Sawyer. عشرات الهدايا، الطعام الجيد، أغاني عيد الميلاد، استمر الأمر على هذا الحال الى أن انخرط نيك Nick في تعاطي المخدرات. في ذلك العام بدأ نيك يكره عيد الميلاد. وفي لحظة معينه، وقبل أن تجلس العائلة الى مائدة عشاء عيد الميلاد مباشرة، إندفع نيك يجري خارج المنزل. يذكر والده أنه كان يصرخ وكان الناس يسمعون صراخه. كان الأمر محرجاً، أعنى أن اليوم كان عيد الميلاد، وعادة ما يكون يوما عائليا جميلا وسعيدا. لقد كان هذا اليوم سعيدا طوال حياتي ولكنى اليوم أجد ولدي يصرخ ويريد الهروب ... وفي هذا اليوم البهيج. كنت عديم الحيلة. لم تكن هناك وسيلة أستطيع بها أن أعيد الإبتسامة إلى ولدى، وأجعله يغني أغاني عيد الميلاد ويسعد بها مثل الآخرين. لم أجد الوسيلة التى أستطيع بها ذلك."

نيك: "لقد أصابني قدر كبير من الإحباط بشأن ذلك اليوم. كنت جالسا في غرفتي. أنا أعلم أني لم أكن أطيق البقاء في المنزل، دون أن أكون ثملا أو مخموراً. لقد بلغت من التوتر مبلغا دفعني إلى الهروب من المنزل."

الأم : "لم نكن نعلم أن نيك يستعمل المخدرات. لقد كنا نظن أنها مجرد فورة من فورات المراهقه. وكلنا يعرف كيف أن المراهقين يكرهون البقاء مع أهليهم."

ليس غريبا أن تتميز العطلات بالفورات العائليه. والعطلات عند المراهقين المدمنين، تمثل ضياع الدفئ العائلي والذكريات العائلية الطيبه – تلك المشاعر التى لم يعد أولئك المدمنون الصغار جزء منها لأنهم باعدوا بينهم وبين عائلاتهم إن العطلات، وقت عاطفي، يحتمل أن يحس المدمن خلاله بالمزيد من الذنب والخزي والعار أكثر من المعتاد. المدمن الصغير يعاني شعورا بالمرض في معدته. ولايعرف المدمن مصدرا لذلك الألم، ولذلك فهو لايريد سوى السكر والثمول بأي حال من الأحوال.

العطلات المشحونة بالعواطف تعد مفتاحا للصبي الذي يعاني من مشكلة تعاطي المخدرات.

إن ما تسببه المخدرات للبشر الذين يهتم بهم المدمن الصغير يكون مصحوبا بكثير من الألم - سواء كان هؤلاء البشر- أبا، قرينا أو حتى صديقا. لقد تسبب مارتي في توريط صديقه في المخدرات ولايزال يشعر بالذنب إزاء فعلته. "إن هذا الأمر يجعل قلبي ينفطر لأنه إذا كان بالامكان توريط شخص ما في المخدرات، فأنا الذي صنعت ذلك لصديقي. لقد كنت أجلس معه وأرغمه على استعمال المخدرات، إلى أن إنهار واستسلم في النهاية. لقد تعاطينا سويا كمية هائلة من المخدرات.

" لقد كنا أصدقاء طوال حياتنا. فقد تعرفت عليه عندما كنا في الصف الرابع. لقد كنا نربي حيوانات الهمستر* سويا، ونذهب سويا لصيد السمك. يضاف إلى ذلك أن والدينا كانت تربط بينهما الكثير من العلاقات الأسرية. فكيف لي أن أجعله يتورط في المخدرات؟"

كان كل من مارتي وصديقه يعيشان في غرفة واحدة في المدرسة إلى أن أفصح الصديق أن المخدرات ومارتي بدءا يحطمان حياته. وبعدها افترق صديقه عنه. إن خسارة مارتي لتلك الصداقة كادت أن تدفعه إلى الإنتحار. والتحق الصديق بغرفة الطالب الذي يلقى خطبة الوداع في حفل التخرج وهو معه في الفصل نفسه. وتوقف الصديق عن تعاطي المخدرات من تلقاء نفسه. وواصل مارتي تعاطيه المخدرات إلى أن ألحق في النهايه بأحد البرامج التأهيلية الخاصة بعلاج المدمنين - ومع أن مارتي، يعد الآن مستقيما، وخاليا من المخدرات إلا أن عينيه تدمعان كلما راح يتكلم عما أحدثه وتسبب فيه لصديقه. وبينما كان كل ذلك يحدث، كان مارتي يمحو كل مشاعر الصداقة ولايتطلع إلى شخص يتعاطى المخدرات معه وحسب.

ترى، كيف يتعامل المراهق المدمن، مع الآلام التى تسببها له العطلات، أو انفصاله عن الأصدقاء الحميمين وتوتر العلاقات والروابط الأسريه؟ انه يتعاطى المزيد من المخدرات لتساعده على نسيان هذه الآلام وحجبها.

العقلنـه:

الإنكار يكون مصحوبا بالعقلنه. والمراهق المدمن لايود أن يتعامل مع الحقيقه التى مفادها أنه لايستطيع الحفاظ على الانتظام في حياته، إنه لايريد أن يواجه حقيقة أنه يفعل أشياء لامعنى لها، أشياء خطيرة وغير قانونيه. من هنا فإن المراهق المدمن يبدأ في عقلنة هذه الأشياء على النحو التالي:

الهمستر: حيوان من فصيلة القوارض. (المترجم)

"بوسعي أن أتوقف عن تعاطي المخدرات في أي وقت أشاء"

"أنا أستعمل المخدرات لأني ليس لدي في أسرتي من أحاول الارتباط بـــه".

"بحلول العام ٢٠٠٠ سيكون الجميع يتعاطون المخدرات".

"أنا أتعاطى المخدرات لأني أريد ذلك ولست مجبرا عليه".

"أنا لست بلا عمل. ولا أهرب من المدرسة. إذاً ما الخطأ في استعمالي قليلاً من المخدرات".

"أنا أستعمل المعجون* في بعض الأحيان. أنا لست مدمناً".

"شقيقي. إنه أصبح مدمنا. إنه يتعاطى من المخدرات مقدارا أكبر مما أتعاطاه".

"هؤلاء الصبيه الذين يحضرون حفلات موسيقى الروك يتعاطون من المخدرات أكثر مني".

"أهلي وناسي يشربون طول الوقت. إنهم أبشع مني حالا بكثير. فإذا كان من حقهم أن يشربوا فمن حقي أنا أيضا أن أتعاطى المخدرات".

"أنا لم يقبض عليّ ولو مرة واحدة".

"عندما أضطر إلى انفاق نقودي الخاصة. فسوف أتوقف عن تعاطي المخدرات".

"أنا لا أسرق أي شئ مطلقا كي أدفع ثمن ما أتعاطاه من المخدرات".

استرجاع الشعور بالنشاط والخفه

استرجاع الشعور بالنشاط والخفه يشبه، من الناحية الشكلية، الشعور القمعي أو التقليلي. هل تذكر قصة ذلك الرجل الذي كان لديه من المشروبات، في الحفل، مايزيد على حاجته، والذي وضع أباجورة على رأسه، واستخف بنفسه وراح في اليوم التالي يروى قصصا عن أنه كان بمثابة روح الحفل؟ في التقليل أو القمع، يقول الرجل "لقد كان لدى القليل الذي يزيد على حاجتي. فالمناسبة كانت حفلا. "وفي عملية القمع يؤكد أنه كان "صبي الإضحاك والظرف" في الحفل. ولكنه سوف يعلم بحق أنه استخف بنفسه. والمدمن، أو السكير، وهو يسترجع الشعور بالخفة والنشاط لايتذكر في مثل

* مصطلح مبتذل يطلقه المراهقون المدمنون على الماريوانا أو الهيروين. (المترجم)

هذه الحالة سوى الارتفاعات والانخفاضات*. يضاف إلى ذلك أن المخمور لايعرف شيئا عن الثقب الذي أحدثه عن طريق الحرق في الوسادة التى يجلس عليها، كما أنه لايعرف شيئا أيضا عن القئ الذي يتقيأه على السجاده. إن كل مايخطر على باله هو الضحك ليس إلا، ذلك الوقت الطيب. إن لاوعي المدمن هو الذي يُصنّف له ذلك الإحساس بصورة أو بأخرى.

استرجاع الشعور بالخفة والنشاط يشبه جهازا عملاقا من أجهزة المحو الذهني. هذا النوع من الإسترجاع يمحو كل الذكريات التعيسه، الاخطاء، ولا يترك سوى الذكريات السعيدة الطيبة. وعلى سبيل المثال،إذا حضر مراهق حفلا موسيقيا من حفلات موسيقى الروك وكان بصحبته مجموعة من الأصدقاء، فإنه يسكر ويثمل، وينفلت عياره وسيطرته على نفسه. وفي الوقت المحدد يزداد سكرا وثمولا وهنا تبدأ الأمور في التداعي. فقد يبدأ فجأة في سكب البيرة على صديق من الأصدقاء. ويرد الصديق قائلا: "حاسب، أوقفها"**، وهنا يتحول المخمور الى الدفاع، ويغضب ويهدد بأنه سوف يستمر فيما هو عليه. ثم يدخل مع الأصدقاء، بعد ذلك، في مجادلتين أخريين، ويواصل السكر والثمول أكثر فأكثر ويتقئ مرتين، ويسبح في بركه من الأقذار، ويوشك أن يتشاجر مع صبي أكبر منه بكثير. وبعد ظهر اليوم التالي يكون في صحبة المجموعة نفسها ويروح يتكلم عن الوقت الجميل الذي قضوه في اليوم السابق ولكن أصدقاءه عندما يتعرضون لسلوكه المشين يرد عليهم قائلاً: انتبهو، انتبهوا أيها الصبيه، لابد أنكم تمزحون. لقد كنت أسخنكم ليس إلا." ويروح يتعجب لماذا يكبرّون الموضوع على هذا النحو. إنه لايكذب. لأن هذا هو مايتذكره عن ذلك الموضوع. لقد كان جهاز المحو الذهني عنده في وضع العمل.وتحولت رؤيته المشوهة لما حدث لتصبح واقعا بالنسبة له.

فقدان الوعي:

فقدان الوعي شكل انتقائي من أشكال فقدان الذاكرة. وفقدان الوعي على العكس من استرجاع الشعور بالنشاط والخفة، ولايسترجع متعاطي المخدرات خلاله أي شئ عن أحداث بعينها – بل إنه لايتذكر ما يكفي لتشويه الأحداث. وكما هو الحال في المناظر الثانوية جيدة الإعداد في أي فيلم من الأفلام، فإن الشخص الذي يدمن الكيمياويات يختلس مقتطفات من الزمن – قد تصل

* مصطلحات يطلقها المدمنون على الحالات النفسيه التى تطرأ عليهم بعد تعاطي المخدرات. (المترجم)

** الضمير هنا عائد على البول الناتج عن عملية التبول. (المترجم)

الى ساعات أو أسابيع في بعض الأحيان – من ذاكرته. والفتاة المدمنه قد تسكر أو تثمل وتستيقظ من نومها ولاتعرف أين هي. وقد يلتقي متعاطي المخدرات صديقا أو يصطدم به ويقول له: "عندما كنا في البحيرة، كنت بعيدا عني تماما. يارجل، لقد كنت تتصرف تصرفا عجيباً." والواقع أن متعاطي المخدرات الذي يتعاطى فقدان الوعي قد لايتذكر أيضا أنه كان في بحيرة. وكبار المدمنين يبلغون عن سفرهم عبر البلاد ثم يفيقون من سكرهم ليجدوا أنفسم في مدن غريبه دون أن يعرفوا كيف وصلوا اليها. ولكن مع الطفل الذي يتعاطى الكيمياويات المخدرة، فإن فقدان الوعي هذا لايحجب سوى ساعات، ولا يمتد أياما أو أسابيع. ومع الإدمان الشديد للمخدرات أو الكحوليات يحدث فقدان الوعي مرارا ويبدأ في حجب فترات زمنيه أطول.

كيف يبدأ الأبناء تعاطي المخدرات

"كل إنسان يتعاطاها."

كيف يصل الأبناء إلى الحد الذي ينكرون عنده أنهم يعانون مشكلة المخدرات، أو بمعنى آخر كيف يبدأ الأبناء عقلنة هذه المشكلة؟ كيف ينتقل الأبناء من دوري كرة الوتد baseball المصغَّر إلى دوري المخدرات المكبر؟ ماهي الأسباب التى تجعل صبيا أو صبية تبلغ من العمر اثنى عشر عاما تبدأ تدخين الماريوانا أو شرب البيرة؟ ألا تبدو المشكله خالية من التناسق بأي حال من الأحوال؟ هل صحيح أن الكثير من الأبناء يتعاطون المخدرات فعلا؟

تقول الدراسات المحافظة إن مالا يقل عن ثلث طلاب المدارس الثانوية يتعاطون الماريوانا بالقدر الذي يجعلهم يثملون أو يشربون المشروبات الروحيه بالقدر الذي يجعلهم يسكرون. وتشير غالبية الدراسات التى أجريت على المدارس الثانويه أن ثلثي طلاب هذه المدارس على أقل تقدير،قد جربوا المشروبات الكحوليه. يضاف إلى ذلك أن المراهقين جميعهم يصرحون بأن كل صبي قد استعمل أو تعاطى المخدرات ولو مرة واحدة على الأقل.

وفي لوس انجيلوس، ينتشر أفراد الشرطه متنكرين بصورة منتظمه بين صفوف طلاب المدارس الثانوية استهدافا منهم لعرقلة إتمام صفقات المخدرات. ويقدر رجال الشرطه نسبة الذين يتعاطون المخدرات بمعدل مرتين أو ثلاث مرات أسبوعيا بحوالي ستين في المائة من أعداد الطلاب، ويقولون أيضا إن حوالي ربع طلاب هذه المدارس الثانوية يكونون مرجومين* طوال الوقت. وهنا تجد نفسك تقول: "حسن، هذا ليس بالشيء

*راجع مصطلح الـ"مرجوم" في قائمة مصطلحات المخدرات. (المترجم)

الغريب لأن هذه هي كاليفورنيا." ومن سوء الطالع أن المعهد الوطني لإساءة استعمال المخدرات يقول إن هذه الأرقام تتطابق تماما مع مثيلاتها في المدن الأمريكية الأخرى.

وأنت عندما تتحدث مع المراهقين الذين يتعاطون المخدرات، ستصاب بالذعر مما يقولونه لك عن واقع استعمال المخدرات وتعاطيها داخل جدران المدارس. وتقول الغالبيه العظمى من هؤلاء المراهقين إنهم يثملون يوميا قبل أن يذهبوا إلى مدارسهم. هل سمعت ما أقول: **"كل يوم. قبل الذهاب إلى المدرسة."**

لقد اعترفت سالي أنها كانت تتعاطى حقنة كل صباح قبل تناول الإفطار وبلا أي مبالاة مثلما يعترف الإنسان بسهرة حتى الصباح.

الأبناء يتعاطون المخدرات قبل المدرسة، وأثناءها، على ناصية الطريق، وفي المنزل بكل صدق، أي تحت سقف منزلك.

الأطفال يبدأون في تجربة المخدرات في سن صغيرة جداً – وعادة ما يكون ذلك في ما بين السنة الخامسة والسادسة من العمر – وتصبح الغالبية العظمى منهم منخرطة في تعاطي المخدرات عندما يلتحقون بالمدرسة الثانوية، وهناك احتمال قوي في أن يكون أبناء جارك، أبناء الشارع، أبناء أختك وأبناء أخيك، بل وحتى أبناؤك قد جربوا المخدرات.

وحتى في حالة تجربة الأبناء المخدرات يتعين على الآباء أخذ ذلك بعين اعتبارهم. والسبب في ذلك أن ثمول واحد من الأبناء، يتحول إلى نمط تعليمي في الأسرة. وإذا ما شعر الطفل بالإنبساط مرة، فإنه يود أن يعايش الإحساس نفسه مرة ثانية. والأطفال بصفة خاصة، يشعرون في تعاطيهم المخدرات بسهولة معايشة ذلك الشعور عن الإعتماد على مصادرهم الداخليه في توليد ذلك الإحساس.

وتستخدم الغالبية العظمى من المراهقين المدمنين التى تتعاطى المخدرات كلا من المشروبات الروحية والمواد الكيماوية على نحو متبادل. فهم إذا ما استطاعوا الحصول على المادة الغالية النظيفة اشتروها واستعملوها. أما إذا أعجزوا عن ذلك فهم يتعاطون النبيذ الرخيص أو البيرة الرخيصة. وأنا أقول أنهم يلجأون إلى المشروبات الرخيصة نظرا لأنهم كلما سارعوا إلى استهلاك المشروبات الكحوليه ازدادوا ثمولا وسكرا.

جيم Jim : مراهق أحمر الشعر ذي نمش على بشرته. إنـه مـن النـوع الـذي نراه في إعلانات الحبوب. إنه يذكر المرة الأولى التى ثمل فيهـا: "كنـت فـي الثانية عشر من عمري وكنت أتسكع فـي المنطقـة المجـاورة لنـا مـع بعـض المراهقين الذين يكبرونني سنا. وسـألوني إن كنـت أريـد أن أسكر أو أثمـل. وأجبتهم بالإثبات القاطع لأني لم أرد لهم أن يظنوا أنني مـازلت طفـلا. وهنـا أرغموني على شرب ستة قوارير من البيرة."

وسكر جيم على الفور، وعندما انتقل إلى الصف السابع مـن المدرسـة، كان يتجر بالمخدرات في المدرسة الإعدادية.

يُعَدُ القبول من الأقران الكبار عامل تحفيز قـوي فـي عـالم المراهقيـن، سواء كان هذا القبول متعلقاً بارتداء جوارب المغفلين، أو أحذيـة الموكاسـاه، أو تعلـم رقصـة جديدة، ولكـن إصـغ وانتبـه إلـى مايفعلـه (المراهقـون **حاليـا** استهدافا للقبول لدى أقرانهم اللذين يكبرونهم سنا. ويجب ألا يغيـب عنـك: أن هذه القصص التى سأوردها هنا ليست قصصا شاذة كما أن المراهقيـن ليسـوا "سيئين".

شارون: لقد حصلت على تقديرات جيدة في المدرسة الثانويـة. وكنـت ضمـن طلبة مرتبة الشرف. لقد كنت أتجه صوب ما خططته لنفسـي مستقبلا. كنـت أصطحب والدي إلى العمل طلبا لتعلـم الحاسـب الآلـي. كـان اهتمـامي شـديداً بهذا الأمر. وكان من عادة والدي أن يحضر إليّ كتبا عن الحاسب الآلي كـي أقرأها. وماذا عن العائله؟ أذكر أننا كنا نقوم بالعطلات والأجازات في حينها. لقد كنا نقضي وقتا طويلا مع بعضنا بعضا. لقد كان لدينا قارب. وكنت أحيـا حياة مؤمنة تأمينا طيبا وكنت أشعر أنا نفسي بأني مؤمنة تأمينـا طيبـا أيضـا. وعندما التحقت بالمدرسة الإعدادية، بدأت أشعر بالخوف من المراهقين الذين يكبروني سنا. لقد كـانوا يخيفوننـي – ثم بـدأت أحس بعدم الإطمئنـان علـى نفسي وبدأت تظهر داخلي بعض الصراعات، لقد شعرت بالرغبـة فـي تغييـر أسلوب ملبسي وارتداء ملابس الجينز. لقد بدأت أتشاجر مع أمـي بخصـوص هذا الموضوع، كنت لاأريد أن أكون من النوع الخجول وأتصرف تصرفـات الفتيات الصغار. كان يراودني إحسـاس بـأني ينبغـي أن أترك انطباعـا لـدى المراهقين الآخرين. ولـذا بـدأت فـي تعـاطي الكحوليـات مسـتهدفة مـن ذلـك التأثير على الآخرين، ولكن ذلك لـم يحـدث إلا بعد أن قـاربت علـى الرابعـة عشر من العمر. وهنا بـدأت التدخيـن حتـى يتسنى لـي الانخـراط مـع الشـله الصحيحه. كنت لاأريد لهؤلاء المراهقين أن يظنـوا أنـي مـازلت تلـك الفتـاة الصغيرة التى ما تزال تتعلق بأربطة مريال أمها.

"سكرت أول مره باستعمال المشروبات الروحية. كنت على موعد مزدوج مع صديق مراهق مدمن، وسكرت معه. ولكني لم استسغ طعم المشروبات الروحيه. ولذلك بدأت أتعاطى الماريوانا، ثم بعد ذلك المخدرات الأثقل من ذلك، التى تجعلني أحس وكأني "متناغمة" مع الناس."

كيم: بدأت تعاطي المخدرات عندما التحقت بالمدرسة الثانوية. أذكر أني في ذلك الوقت كنت شخصا مضطربا وكنت أتطلع إلى حب الناس لي. كانت المدرسة الثانويه مكانا أنيقا، يبدو على كل من هم فيه أنهم يتعاطون المخدرات من جمهور المدرسة العام على أقل تقدير. لقد اصطحبت بعض الرياضيين إلى الشاطئ في سيارة مسروقه، كنت أبحث عن قبول الغير لي، وأذكر أني سكرت أول مرة أثناء الليل. في البدايه، كنت أحس بالحرج والخوف، لقد قالوا لي: "هل تريد أن تسكر؟ وأجبتهم قائلا: نعم" والسبب في ذلك أنني كنت أود أن أكون ذلك الرجل الشجاع البارد الذي ينشدونه فيَّ."

آني: تورطت في المخدرات وأنا في الخامسة عشر من العمر. أذكر أن الأمر كان يتعلق بالقبول لدى الغير، لقد كنت أشعر بالوحدة بحق عندما كنت مراهقة. لم أكن منسجمة معهم. أنا لا أذكر مطلقا أني كانت لي صديقة حميمة. فقد تعودت على التجوال والتسكع بين الجمهور البارد. ترى، ماهو ذلك الذي يجعلهم مختلفين عني؟ ماهو سبب عدم انسجامي معهم؟ كانت ابنة عمي قد بدأت تتعاطى المخدرات في ذلك الوقت، وكانت تسترعى انتباه كثير من المنقذين على الشاطئ. لقد أثر ذلك في تماما. وخطر ببالي أننى إذا ما تعاطيت المخدرات، فقد أحظى أنا أيضا بكل اهتمامهم، وقد يصبح لي أصدقاء كثيرين، أذكر أننى عندما تعاطيت الماريوانا معها أول مرة، رحت أشعر بالتسلل والاختلاس، وقد أوجد ذلك شكلا من أشكال الرابطة بيني وبينها، في مواجهة كل من السلطات وآبائنا. لقد جعلني تعاطي المخدرات أحس كما لو كان لي صديق خاص. لقد كنا على سطح المنزل وشربت الكثير ودخنت قدرا كبيرا من الماريوانا، وجعلت من نفسي منظرا فريدا. لقد ضحكوا مني جميعا. استلقوا وراحوا يضحكون، وحتى ذلك الحين كنت أظن أني بلا أصدقاء. وتركت هذه الشله فترة من الوقت ولكنى عدت اليها ثانية والسبب في ذلك أني بدأت أشعر بعدم الأمان أكثر من ذي قبل. كنت أظن أنني بخير. كل ما كنت أتطلع اليه هو الإهتمام من الغير ليس إلا. لقد سكرت أول مرة إلى حد جلست عنده في السيارة ساعات عدة ملفوفة في بطانية ورحت أتقيأ كل ما كان في معدتي."

فيكي: "بدأت تعاطي المخدرات عندما كنت في الثالثة عشر من العمر – لقد بدأت تعاطي المخدرات نظرا لأن أصدقائي الذين أتسكع معهم كانوا يتعاطون المخدرات أيضا، وكل ما فعلته كان تقليدا ومسايرة لهم. كنت أظن أنهم سيتركوني، كنت أظن أنني سأكون مختلفة عن أي فرد من أفراد الشله، ولذلك ظننت أني عندما أتعاطى المخدرات فإن كل واحد من هذه الشله سوف ينظر إليّ، وهنا يمكن أن أحس بالسعادة أو بأي شئ آخر. ثم بدأت بعد ذلك في تعاطي المخدرات الأقوى في أواخر الصف الثامن – الحشيش والمعليّات والمخفضات. حاولت أن أكون زعيمة المرح – فقد ظننت أن ذلك شيئا يمكن أن أحققه، وهذا سيعطيني إحساسا طيبا بأني استطعت أن أحقق شيئا لنفسي. ولكن المخدرات كانت قد بدأت بالفعل تلخبط كل حياتي، الأمر الذي أدى إلى طردي من قيادة فريق المرح. وعليه بدأت أتردد فقط على شلة المخدرات طلبا لقبولهم لي ورضاهم عني."

كين: "لازلت أذكر كل ليله من الليالي، يوم أن كنت طفلة صغيرة، وكانت أمي تقرأ لي فصلا من أنجيل الأطفال ذلك الكتاب السميك الكبير. كما أذكر أيضا أن والداي كانا يصحبونا في الرحلات الخلوية. ولكن عندما وصلت سن الثالثة عشرة، كنت أتطلع إلى ذيوع صيتي بين طلبة المدرسة، في حين أني كنت أرى أن الغير ينظرون إليّ نظرة دونية، وأنا بدوري بدأت أنظر هذه النظرة الدونية إلى نفسي أيضا، لم يكن لي من الأصدقاء سوى اثنان فقط، وكانا مشهورين. كنت أقول لنفسي: "أوه، لن يحبني أحد"، ولذلك يتعين على أن أفعل شيئا يجعلهم يحبونني؛ لقد كنت أخرج بصورة مستمرة كي أجعل الناس يحبوني والسبب في ذلك أنني كنت أظن أني لست شخصيه مهمة."

كارين: "ساءت سمعتي بحق في المدرسة التي التحقت بها قبل المدرسة الحاليه. كانوا يعرفوني على أني مبتدئة في المخدرات ولكني كنت أود أن يعرفوني على أني ضالعة فيها، كما كنت أظن أيضا أن أحداً من أصدقائي لن يتسكع معي والسبب في ذلك أنني كنت أصادق مراهقا لايتعاطى المخدرات. وعليه عندما انتقلت إلى المدرسة التي أنا فيها الآن، أردت أن أكون تلك الشخصيه التي كنت اتطلع إليها دوما. تلك الصورة الذهنية الغليظة الجديدة. في المدرسة الأولى كنت أحس أنني شخصيه غريبه لأني كنت مستقيمة."

لاتتعاطى الغالبية العظمى من المراهقين المخدرات بهدف الإضرار بالآخرين – أو بأنفسهم على أقل تقدير. إنهم يعرفون أن تعاطي المخدرات

خطأ تماما، كما يشعرون إزاءه بالندم منذ البداية. ربما يكون آباؤهم لم ينطقوا كلمة "المخدرات" ولو مرة واحدة أمامهم. ولكن المراهق عندما يبدأ في تعاطي المخدرات فإنه يدرك من اليوم الأول أن ذلك خطأ وأنه يبذل كل ما في وسعه ليحجب ذلك عن والديه.

كافح المخدرات لأنها تحول الشخص الأمين النظيف إلى كذّاب ومخادع ولص وإلى شخص معوق عاطفياً. ولكن كل انسان كان يتعاطاها، فهل هذا صحيح؟ وأن إبنك أراد أن "يتورط" فيها.

تعاطي المخدرات: المرض

"أعراض كثيره، لاعلاج."

أعلنت الرابطه الطبية الأمريكية، في الستينات من هذا القرن، أن تعاطي المشروبات الروحية أصبح يشكل مرضا وأن العلاج الأولي لهذا المرض هو الابتعاد عن هذه المشروبات. كما أعلنت الرابطة الطبية الأمريكية أيضا أن الإعتماد على المخدرات أو التعود على تعاطيها يعد مرضا أيضا. فما هي أسباب ذلك؟ السبب الأول أن المخدرات تعد عاملا مساعداً في مجموعة متدهورة من الأنماط الصحية والسلوكية والعاطفية.

ومتعاطي المخدرات يمكن أن يشفى من آثار المخدرات ويحيا حياة صحية نسبيا إذا ما اتبع نظاما صحيا يشتمل على، أولاً؛ الابتعاد عن تعاطي المواد التى تؤدي إلى تغيير الحالة النفسية (من بينها الكحول)، وثانيا؛ أن يحيا حياة عاطفية سليمة، وذلك بالابتعاد عن تخزين المشاعر السيئة. فالشخص ما أن يدمن أو يتعود على الكيمياويات التى تغير الحالة النفسية، يصبح تعاطي المخدرات نفسه هو المرض الأساسي. ويحاول الكثير من المحترفين علاج أعراض المرض – المشكلات العاطفية، المشكلات العائلية، المشكلات المدرسية – بدلا من علاج المرض نفسه. *والاحتمال الأكبر هو أن المشكلات العائلية، والمشكلات المدرسية، الخ هي بمثابة نتائج لتعاطي المخدرات وليس العكس صحيحا.*

والأعراض البدنية تكمن وراء الأعراض العاطفيه لتعاطي المخدرات. والمدمنون يظهر عليهم كل شئ بدءاً من "السعال الناتج عن تعاطي الماريوانا" الى اضطراب الدورة الشهرية إلى التغييرات التى تطرأ على مرحلة البلوغ أو الحلم في الجنسين على حد سواء. ومتعاطو المخدرات معرضون لكل أنواع العدوى الفيروسية.

أخيرا، يجب أن نعلم أن مرض تعاطي المخدرات هو من الأمراض القاتله. وما لم يحدث التدخل الطبي، فإن الشئ الوحيد الذي يلي المرحلة الرابعة في مسلسل تعاطي المخدرات، هو الموت المحقق. يضاف الى ذلك أن كثيرا من وفيات المراهقين والتى تعزي في أيامنا هذه إلى الحوادث، الانتحار، أو القتل ليست في واقع الأمر، سوى وفيات ناتجة عن علاقة بالمخدرات بصورة أو بأخرى.

وفي أواخر الحياة، وخلال المرحلة الرابعة من مراحل تعاطي المخدرات، يموت المدمنون بسبب السكتة القلبية، الفشل الكلوي أو الفشل الكبدي، السكته الدماغية، فشل الجهاز التنفسي، سرطان الرئة، أو بسبب تشكيلة أخرى من الأمراض البدنية التى تنتج عن تعاطي المخدرات.

يجب ألا يغيب عنا أن المرض نشأ في الأساس عن شئ من الإنكار – أولا، الإنكار عن الآخرين ثم بعد ذلك انكار المتعاطي على نفسه. وأنتم أيها الآباء تشجعون ذلك الإنكار على المضي قدما بالمزيد من الإنكار من جانبكم – الإنكار عن الآخرين، وإنكاركم أنتم عن أنفسكم.

مراحل تعاطي المخدرات

"التسابق للوصول الى سفح الجبل"

يزداد تعاطي المراهقين للمخدرات سوء يوماً بعد آخر وبشكل سريع. وإذا ما أردنا أن نفهم إنكار الأبناء، فمن المهم لنا أن نفهم الطريقة التى تتصاعد بها عملية إدمان المخدرات وتعاطيها، كما يجب علينا أيضا أن نفهم التغييرات العاطفية التى تحدث وعلامات الإنذار التى تدل على كل مرحلة من تلك المراحل.

المرحلة الأولى:

كان جوي Joey في الثانية عشرة من العمر. وكان يتسكع مع ثلاثة آخرين من المراهقين في الأحياء المجاورة طول الوقت. كان أحد هؤلاء الثلاثه في الثالثة عشر من العمر وكان ملتحقا بالفعل بالمدرسة الإعدادية. كانت الصداقة قاسما مشتركا بين هؤلاء الثلاثة من يوم أن كانوا سويا في الحضانة. لقد كانوا يركبون الدراجات سويا. كما كانوا يتسلون سويا بألعاب الفيديو. بل إنهم كانوا يختلفون مع بعضهم البعض بسبب استعمال زلاقاتهم في القفز من فوق صناديق القمامة في الشوارع.

لقد كانوا يكوّنون فريقا فيما بينهم. وفي أحد أيام الصيف، وبينما كانوا يصونون دراجاتهم وهم يفكرون فيما ينبغي أن يفعلوه على سبيل التسلية في ذلك اليوم أخرج صاحب الثلاثة عشر ربيعا وصلة (لفافة) Joint ماريوانا من جيبه. ولم يصدق الأطفال الثلاثه ذلك الذي حدث. لقد شاهد الصبية الذين يكبرونهم سنا وهم يدخنون الماريوانا. لقد جعلوا من تلك الحادثه مثارا لنكاتهم. ولم يحدث قط أن جربوا المخدرات. وسأل جوي هذا الصبي قائلا: من أين أحضرت هذه الوصلة؟" ورد عليه ذلك الصبي قائلا: لقد أعطتني إياها أختى التى تكبرني سنا." إنها تدخن المعجون* مع عشيقها طول الوقت. وهما في بعض الأحيان يسمحان لي بالتدخين معهما. ياله من إحساس عظيم ورائع. هل تريدون أن تجربوا؟" وراح كل منهم يتطلع في الآخر، متعجبا مما يدور بخلد صديقه، بينما أشعل المراهق الذي يبلغ الثالثة عشر من العمر عود الثقاب لكي يشعل وصلة الماريوانا. وأخذ من الوصلة "نفسا" toke** وراح يمرر الوصلة إلى زميل آخر من بقية الأولاد بينما انفجر ضاحكا للشعور الرائع الذي يتملكه، وجرب أحد الأولاد تدخين الماريوانا. ورفض جوي هو وصبي آخر أن يدخنا، إنهما لم يرغبا في تجربة تدخين الماريوانا، لقد كانا يخافا أن يقبضا وينكشف أمرهما. ولكنهما راحا يراقبا الصبيين الآخرين إلى أن انتهيا من تدخين وصلة الماريوانا.

وخلال الأسابيع التى تلت ذلك، وعندما أوشكت إجازة الصيف على الإنتهاء، تكررت هذه الحادثة مرات ومرات على نفس الشاكله. ثم جاء المراهق الأكبر بغليون الماريوانا وجرب المراهقان الآخران الغليون. وأخيرا استسلم جوي وأذعن في النهايه لأن هذين كانا صديقاه. وقالا له إنه شئ من المرح (والانبساط). وأضافا أنهما اعتادا على أن يفعلا الأشياء سويا. في البداية، لم يستطع جوي أن يتبين طبيعة الصفقة التى يجري التشاور بشأنها، لم يكن جوي يشعر بأي شئ. ويكفي أنه لم ينكشف أمره. وعندما استأنف الأبناء ذهابهم إلى المدارس، بدأ جوي يستشعر أحاسيس تعاطي المخدرات. لقد كان شعورا طيبا. يضاف إلى ذلك ، أن الأمور السينه لم تبدأ بعد تتداعى. وعليه كلما كان ابن الثالثة عشر من العمر يحضر وصلة من شقيقته، كانت بقية الشلة تقوم بتدخينها سويا. كان جوي في المرحلة الأولى من مراحل تعاطي المخدرات.

تصادف الغالبية العظمي من الأبناء المخدرات مرارا قبل أن يخطوا

* مصطلح مبتذل يدل على الماريوانا أو الهيروين. (المترجم)

** راجع هذا المصطلح في قائمة استعمال المخدرات في آخر الكتاب. (المترجم)

الخطوة الأولى إلى تجربتها. وعادة مايكون ذلك في إطار موقف أو مناسبة إجتماعية، حفلة أو إجتماع لمشاهدة شريط فيديو حيث توجد أعداد كبيرة من المراهقين وكميات كبيرة أيضا من المخدرات للذين يطلبونها أو يرغبون فيها. ونظرا للقيم الأخلاقية التى تكون لدى معظم الأبناء فإنهم يقاومون ذلك لفترة من الوقت، ولكن ضغوط أقرانهم الذين يكبرونهم سنا هي التى تنجح في النهاية. وقد جرت العادة ألا يحدث النفس الأول أو المذاق الأول للمشروبات الروحية أي شئ وأن الأمر يستغرق عدة مرات قبل أن يثمل المراهق للمرة الأولى. ولكن مع حدوث عملية السكر أو الثمول الأولى يبدأ مسلسل التعليم الكيمياوي: "أنا أتعاطى المخدرات أو المشروبات الروحية وكلاهما يجعلني أحس (انبساطا) حقيقيا. إن ذلك يحدث في كل مرة."

والأبناء، في المرحلة الأولى، يتعاطون المخدرات كلما تهيأت لهم الفرصة لذلك أو عندما تكون في متناولهم. وهم في هذه المرحلة يدخنون الغليون أو يشربون المشروبات الروحية عندما يتهيأ لهم شخص آخر يشاركونه الشراب أو التدخين، وهنا يشبه الأمر حال ذلك الشخص الذي يقول إنه أقلع عن التدخين، وأنه يكره رائحة السجائر، والذي يعنيه مثل هذا الشخص هو أنه أقلع عن شراء المخدرات، ولكنه لم يقلع عن تدخينها. وفي رأيه هو أنه ليس مدخنا. والحال هو الحال نفسه مع المراهق الذي يتعاطى المخدرات. فهو طالما لايشتري المخدرات يكون من حقه أن ينكر على نفسه أنه يتعاطاها – وأبناء المرحلة الأولى من مراحل تعاطي المخدرات لايدخنون أو يشربون إلا في عطلة نهاية الأسبوع، بل إن هذه العطلات ليست مناسبات دائمة – يتعاطون فيها المخدرات. والمراهقون في هذه المرحلة لايتعاطون المشروبات الروحيه إلا طلبا للسكر ولا يدخنون الماريوانا إلا حبا في الثمول.

والسبب في ذلك أن قدرتهم على التحمل تعد بسيطه جداً. إذ بإمكانهم أن يثملوا بتناول مقدار ضئيل من المادة المخدرة. وهم يسارعون إلى شرب البيره أو المشروبات الروحيه طلبا للسكر، أو يسحبون أنفاسا عميقة من سيجارة الماريوانا طلبا للثمول.

وتقتصر الغالبية العظمى من رواد المرحلة الأولى، على تعاطي المشروبات الروحيه أو تدخين الماريوانا، ولكن البعض منهم قد يتورط في شم الغراء، أو الإندفاعات* أو المذيبات.

* الإندفاعة: مصطلح مبتذل وإسم علامة تجارية لمادة نترات الإميل التى تعبأ في قوارير صغيره بنية اللون، وإذا ما استنشقها المتعاطي فإنها تحدث سكرا وثمولا. (المترجم)

ونقلا عن الإحصاء الذي أجريته على مايزيد على ٢٠٠٠ مراهق استعدادا لهذا الكتاب، إتضح أن الكيمياويات المبدئية التى يستعملها المراهقون طلبا للثمول هي الماريوانا (٧٧٪ من العينة)، المشروبات الروحية (١٨٪) والمستنشقات (٥٪). ويقول تسعة من كل عشرة مراهقين أن أول الأنفاس التى أخذوها من سجائر الماريوانا وأول رشفات البيرة التى تناولوها كانت عبارة عن تحركات رمزية كان هدفهم منها هو ترك انطباع طيب لدى أصدقائهم. والأنفاس الرمزية أو الرشفات الرمزية التى تكون من هذا القبيل لاينتج عنها ذلك النوع من الثمول الذي يقول عنه المختصون إنه "وعي تغير" Altered Consciousness، ولكنه يكون تحت ضغوط مستمرة من الأقران الكبار في السن، والمراهق في هذه المرحلة لايتعاطى المخدرات إلى حد السُّكْر. والثمول الأول يكون في العادة عبارة عن ميل إلى النعاس، وتشوش الذهن، فقدان التوازن، وقليل من الصداع أو التشوش.

والثمول، أو السكر أو الوعي المتغير يستبدئ في صاحبه ثلاثة أنواع من التعلم. أولا، أن الطفل يتعلم من ذلك كيف يستخدم المادة لإحداث الثمول. ثانيا، يتعلم أيضا أن من السهل الحصول على شعور مستحب باستعمال المخدرات، وثالثا، يتعلم المقدار اللازم من المخدر لإحداث المتعة المطلوبة. ويختزن الطفل هذه المعلومات في ذهنه وتصبح بمثابة أساس يبني عليه استمرار تعاطيه المخدرات وزيادة استعماله لها في المستقبل.

والتسلسل هنا لايختلف عن البحث الذي أجراه بافلوف عن السلوك والذي قرأت عنه في كتاب علم النفس المقرر على طلبة الكليات. فعن طريق استعمال "الثواب والعقاب" استطاع بافلوف أن يعلم الفئران كيف تجوب متاهة من المتاهات. ومدمني المرحلة الأولى لايختلفون عن فئران بافلوف. فنظرا لإختفاء تعاطيهم المخدرات عن أعين عالم الكبار، فإنهم لا ينالون عقابا مبدئيا عن سلوكهم هذا، وهم لايصيبون إلا ثوابا واحداً هو "شعور الإنبساط". وهنا نجد أن تسلسل التعليم الكيمياوي يعتمد على ميل الأطفال إلى تكرار كل ما يجعلهم يشعرون (بالانبساط).

ويصعب، في المرحلة الأولى، تحديد الطفل الذي يتعاطى المخدرات والسبب في ذلك أنه يبدو طبيعيا ويتصرف تصرفا طبيعيا أيضا. والطريقه الوحيده التى يستطيع الأب أن يكتشف بها تعاطي ولده للمخدرات، خلال هذه المرحلة، هي أن يمسك بالطفل متلبسا – كان يعثر عليه خلف المرآب (الجراج)، أو في الضواحي المجاورة وهو يشارك في تدخين وصلة ماريوانا أو أن يشم رائحة الكحول التى تنبعث مع تنفسه، ومع ذلك، فإن بعض

المراهقين قد تنمو لديهم شخصية المدمن المتعاطي قبل أن يتورطوا فعلا في تعاطي المخدرات،بوقت طويل.يضاف إلى ذلك أن التغييرات التى تطرأ على هندام المراهقين، وأصدقائهم، واللغة التى يستعملونها، ومواقفهم من الغير كلها دلائل ومؤشرات على وجود "المدمن الجاف" – بمعنى،ذلك الطفل الذي يبدأ في التعبير عن إعجابه بأسلوب حياة مدمني المخدرات. وإذا ما حدث ذلك، خذ حذرك! لأن المخدرات نفسها قد تكون على مسافة قريبة من ذلك.

وعليه، إذا ما سمحنا لمدمن المرحلة الأولى أن "يشعر بالإنبساط" دون أن تترتب على ذلك بعض النتائج، فإنه ينتقل إلى المرحلة الثانية.

المرحلة الثانية:

ريني Renee مراهقة طويلة، حمراء الشعر، الذي تغلب عليه شقرة لون الرمل، ولكنه ليس من النوع الأحمر الناصع. وريني لها بشرة جميلة. ووجها يكاد يتهلل ولكنه قد يعبس أحيانا عندما تشعر بالقلق أو الحصر. ووالدها من كبار المسئولين الحكوميين أما والدتها فتعمل مدرسة.

وقد تعرضت ريني للمخدرات أول مرة أثناء قيامها برحلة داخلية على متن إحدى الحافلات. فقد كانت هي وصديقة لها في طريقهما إلى كارولينا الشمالية للعمل في حصاد التبغ أثناء العطلة الصيفية. واستطاعت صديقتها أن ترسم بحق صورة باردة، متقدمة، ناضجة لما ستكون عليه العطلة الصيفية بالنسبة لهما – الأولاد، الجنس، المخدرات، النضوج. وبدأت ريني تتأقلم مع تلك الطريقه الأنيقه التى ستخبر العالم من خلالها، ثم تعود بعد ذلك لاستئناف السنة الثانية من المرحلة الثانوية. ثم قدمت لها صديقتها كأسا من الويسكي المخلوط بالكوكاكولا، ومضيتا على متن الحافلة واستمرتا في تناول المشروبات الروحية، استعدادا لصيف عامر بالحرية.

وبعد ذلك بشهر، أخذت ريني أول نفس لها من وصلة من وصلات الماريوانا. ولم يستغرق تحولها إلى إدمان كل من المشروبات الروحيه والماريوانا وقتا طويلا. وطوال الجزء الأكبر من العام الثاني من المرحلة الثانية، التى التحقت بها بعد عودتها من تجربة العمل أثناء الصيف، كانت ريني تشرب المشروبات الكحولية أو تدخن الغليون كلما عرضهما عليها شخص آخر. وبدأت ريني تتردد على أماكن الشراب والحفلات الموسيقية بصحبة بعض الأصدقاء، وبدأ استعمال المخدرات يتزايد بصورة متدرجة. وبدأت بعد ذلك تشتري المخدرات بنفسها، وبذلك تكون ريني قد بادأت مباداه إيجابيه في اتجاه الحصول على مايلزمها من المخدرات، كما بادأت أيضا في السكر والثمول على حسابها الخاص. ومع ذلك لم تتأثر واجباتها المدرسية.

ولم تتغير حياتها المنزلية – فقد سارت الأمور سيرتها الأولى، اللهم باستثناء أن ريني أصبحت تتعاطى المخدرات من حين لآخر.

واستمرت ريني في تعاطي المخدرات طوال العام الأخير من المرحلة الثانوية ولكن تعاطيها لها كان من حين لآخر وليس بصورة مضطردة، مع زيادة عدد المرات – معظم العطلات الأسبوعية، وبعض الأيام بعد الخروج من المدرسة. كما بدأت ريني تتعاطى المسرِّعات والكواليدات*، علاوة على أنها جربت أيضا المستنشقات مرات تعد على أصابع اليد الواحدة.

وبدأت المشكله خلال الصيف قبل التحاق ريني بالجامعة. فقد كانت في ذلك الوقت تدخن الغليون من حين لآخر ولكنها كانت تسرف تماما في تعاطي المشروبات الكحولية بصورة منتظمة. وأصبحت ريني مشوشه جنسيا أيضا. ومع بداية الفصل الثاني من العام الجامعي تدنت تقديرات ريني بشكل خطير جدا، وهنا حدث أول فقدان للذاكرة في حياتها. لقد بدأت تدخن الغليون بمعدل أربع أو خمس مرات كل أسبوع بعد عودتها من المدرسة. كانت لاتزال تعيش في منزل الأسرة رغم أنها كانت تقضي الليل خارجه، تتردد على أماكن الشراب. لقد كانت ريني في المرحلة الثانية من مراحل تعاطي المخدرات.

في هذه المرحله الثانية ينتقل الأطفال من تعاطي المخدرات كلما توفرت لهم وناسبتهم، إلى البحث الجاد عنها والحصول عليها. في هذه المرحلة يوفر "تعاطي المخدرات" لصاحبه "إحساسا" طيبا إلى الحد الذي لايستطيع الطفل عنده الانتظار إلى أن تتهيأ له فرصة السكر أو الثمول. ويستلطف الطفل ذلك الإحساس إلى الحد الذي يبدأ عنده في تخطيط حياته وأصدقائه في محيط السُكر والثمول – وهنا يبدأ هو في شراء المخدرات الخاصة به. ويعد الإقبال على هذه المبادأة بمثابة خطوة رئيسية يخطوها الطفل في اتجاه الإصابة بهذا المرض اللعين.

ترى، من أين يحصل الطفل على النقود التى يشتري بها المخدرات؟ ما تزال أعداد كبيرة من الأطفال يزاولون الأعمال الوضيعة عندما يكونون في المرحلة الثانية من مراحل تعاطي المخدرات. وبعض هؤلاء المراهقين يستعملون مخصصاتهم. ولكن يبدأ أيضا، في هذه المرحلة، الكذب والسرقه من الأسرة طلبا للحصول على النقود اللازمه لشراء المخدرات. إذ تبدأ السرقة بأخذ القليل من نقود الوالد من دُرجه العُلوي. دولارين من حافظة

* الميثالون، وهو عباره عن مخدر منوّم ليس من مشتقات حمض البربيتوريك، وله تأثير مثبط على الجهاز العصبي المركزي ويوجد على شكل أقراص. (المترجم)

نقود الوالدة. ثم تبدأ بعد ذلك سرقة راديو، أو بعض الفضيات المنزلية، كما يبدأ في هذه المرحلة أيضا، اختفاء الأجهزة المنزليه الصغيرة من المنزل. وهذه هي البدايه فقط. ومع تزايد حاجة المراهق المدمن إلى المخدرات، يتزايد أيضا احتياجه إلى النقود التى يشتري بها المخدرات.

ويتغير في هذه المرحله موعد تعاطي المخدرات من عطلة نهاية الأسبوع الطارئة إلى المواظبة والاستمرار في ذلك، ويتحول الأمر من تعاطي المخدرات معظم ليالي الأسبوع إلى ليالي الأسبوع كلها. وفي هذه المرحلة تستطيع الماريوانا والمشروبات الروحية أن يعطيا المراهق المدمن السُكر والثمول اللذين ينشدهما. ولكن تعاطي هذين المخدرين يضعف قيود الطفل الأخلاقية، إلى الحد الذي يجعله يتطلع إلى تجربة المزيد من المخدرات الثقيلة طلبا لثمول وسكر على مستوى أعلى. وفي هذه المرحلة يدخل المراهق المدمن إلى مجال الحشيش، زيت الحشيش المسّرعات (المحفزات) والمخفضات (المثبطات). كما يجرب الطفل في هذه المرحلة أيضا كل من المسكنات والمهدئات (إذا ما استطاع الحصول عليهما). وفي هذه المرحلة لا تنبعث من المنزل حرارة حقيقية، بمعنى أن البيت يظل هادئا.

ثم يبدأ الخداع بعد ذلك في مرحلة مبكرة من المرحلة الثانية. وهذا الخداع هو مايعرف باسم "أسلوب الحياة المزدوج". فقد أودى تعاطي المخدرات بالطفل إلى فصل شخصيته إلى قسمين. فهو في المنزل، مايزال يهتم بوالديه وبما يفكران فيه. كما أنه يهتم أيضا بما يظنه الكبار الأخرون – المدرسون، المدربون، الجيران، الأجداد. من هنا، فإن الطفل في هذه المرحلة يحافظ على مظهره، ويحافظ على تقديراته في المدرسة، كما يواصل الإنخراط في النشاطات اللامنهجية وكل مايراه ضروريا لإبعاد الغير عن المسار الذي يسير هو فيه. والطفل هنا يظل بحاجة إلى رضا الآخرين عنه – ويظل أيضا بحاجة إلى أن يعرف الناس عنه استقامته وانفاق حياته في أعمال بناءه.

جون يعد مثالا كاملا لمدمن من المرحلة الثانية من مراحل تعاطي المخدرات. "كنت أتعاطى قدرا كبيرا من المخدرات ولكنى ظللت قادرا على الاحتفاظ بانتظامي الذاتي وتحقيق تقديرات طيبة في الدراسة والانضمام إلى جمعية الشرف الوطنية وجمعية الشرف - الوطنية الأسبانية. كما كنت أفوز بالكثير من الجوائز في المجال الهندسي." وصدقني ياولدي، كان الجميع يظنون أن جون العجوز كان يؤدي أداء رائعا." لقد خدعت المدرسة بكاملها، وخدعت أهلي وناسي، خدعت كل إنسان. وأنا أعني أني كنت أتعاطى قدرا

كبيرا من المخدرات.

"لقد وصلت إلى حد أني كنت ألبس الأحذية الجلدية إلى أن أصل المدرسة ثم استبدلها بعد ذلك بالحذاء (الكاوتش). كنت أنزع حزامي عني وأضعه في دولابي فور وصولي إلى المدرسة حتى يمكن أن أتجول بعد ذلك هنا وهناك بلا حزام. وعندما يحين موعد عودتي إلى منزلي، كنت أعاود لبس الحذاء الجلد، وألف حزامي حول خصري، وأمضغ بعضا من لبان القرفة، وأضع بعض قطرات من الفيزين في عيني وتصبح الأمور على مايرام عندما يحين موعد عودتي إلى منزلي."

كان جون يتصرف، عندما يكون بصحبة أصدقائه، كما لو كان عضوا من أعضاء ثقافة المخدرات من حيث المظهر، والموقف واللغة.

هناك بعض الدلائل التى يجب ملاحظتها في المرحلة الثانية من مراحل تعاطي المخدرات: السلبية، وتحول فترات الإنسحاب إلى شكل من اشكال العدوان، وكذلك نوبات الغضب. ويقضي المدمن وقته لوحده، في غرفة نومه بصحبة موسيقى الروك الصاخبة (التى تميز فترة الإنسحاب)، وينعكس ذلك في نوبات التقلب المزاجي واللغه البذيئة (التى تميز الفترة العدوانية).

كما يظهر أيضا خلال المرحلة الثانية غياب الدافع – عدم اهتمام المتعاطي بالنشاطات اللامنهجية، والهوايات والأهداف المستقبلية. وهذا بدوره يتدخل في الوقت الذي ينفقه الطفل في استعمال المخدرات طلبا للترفيه. إن النشاطات اللامنهجية تتطلب الكثير من الجهد والتخطيط. وإذا ما خير الطفل بين الشعور (بالانبساط) جراء ممارسة السباحة والشعور (بالانبساط) جراء تعاطي المخدرات، فإن الطفل الذي يتحكم فيه التسلسل التعليمي الكيماوي يبادر إلى اختيار المخدرات. لأنها هي الأسهل والأسرع.

وفي المرحلة الثانية لايحتاج الطفل إلى الأصدقاء حتى يتسنى له السُكر والثمول. إذ بوسعه في هذه المرحلة أن يسكر أو يثمل وحده في بعض الأحيان. وهنا تكون ضغوط الأنداد التى ورطته في تعاطي المخدرات قد تحولت إلى احتياجه هو نفسه إلى تعاطي المخدرات طلبا للسكر والثمول.

في المرحلة الأولى يتناول الطفل المخدرات حتى يشعر (بالإنبساط). ولكنه عندما يدخل المرحلة الثانية، فإنه يتعاطى المخدرات ليعالج نفسه بنفسه. معنى ذلك، أنه يتعاطى المخدرات ليشعر (بالإنبساط) عندما يحس أنه ليس (مبسوطا). ومن هنا تتحول المخدرات بالنسبة له إلى طريقة من طرق التعامل مع ضربات تحت الحزام التى تصيب الناس في الحياة. إذا ما حدث

ذلك، فهو يعني أن تعاطي الطفل للمخدرات قد تجاوز مرحلة الترفيه وحسب. لقد تحولت المخدرات إلى آلية من آليات المسايرة.

ومدمن المرحلة الأولى ينكر على الآخرين تعاطيه المخدرات. لكن مدمن المرحلة الثانية يبدأ في إنكار تعاطيه المخدرات على نفسه هو.

ويغلب على الوالدين ألا يتخذا أي إجراء في المرحلة الثانية. إنهما يعرفان أن هناك خطأ ما ولكنه لم يصل بعد إلى مرحلة طلب العلاج. ويستمر في التغاضي عن الكثير من التغيرات بوصفها آلاما متزايدة. فهما إذا ما أنبا الطفل بشأن المدرسة فإنه سوف يستقيم – ولكن ما يحدث ليس سوى عرض مؤقت فقط.

وفي الطفل المدمن، نجد أن تزايد فقدانه للسيطرة على تعاطي المخدرات، التغيرات التى تطرأ على شخصيته، لعب دور أسلوب الحياة المزدوجة، كل هذه الأمور تستطلق في الطفل سلسلة من الصراعات الداخلية، التى تكون مؤلمة من الناحية العاطفية، ومربكة ومخيفة ايضا.

ونحن نعرف ما سيحدث بعد ذلك، فهل هذا صحيح؟ تعاطي المزيد من المخدرات لإزالة الآلام. إنها المرحلة الثالثة من مراحل تعاطي المخدرات.

المرحلة الثالثة:

عندما يدخل المراهق المرحلة الثالثة، يصبح السُكر والثمول أهم شئ في حياته. فهو يتعاطى المخدرات لكي يشعر "بالإنبساط" ويتجنب الأحاسيس السيئة. وهو يسكر ويثمل كل يوم تقريبا ويذهب إلى المدرسة مخمورا أو ثملا، وقد يسكر أو يثمل في المدرسة نفسها، شأنه في ذلك شأن مدمن المشروبات الروحية الذي يسكر في محل عمله، أولا في وقت تناول الغداء، ثم بعد ذلك خلال فترات تناول القهوة، ثم يحتفظ في النهاية، بقارورة في دولابه أو في درج مكتبه. وهنا يفقد المدمن قدرته على التغلب على التوتر، الإحباط، الخوف، والمصاعب العاطفية اليومية الأخرى.

ومع أن الماريوانا والمشروبات الروحية يعدان مخدران أساسيان فإن الطفل يمضي قدما بشكل تصاعدي نحو المخدرات الأثقل: لسد، الكوكائين، بسب pcp أو ال بي.إتش.بي Php (تراب الملائكة)، و تي.إتش.سي Thc أو إم.دي.ايه Mda، أو الأفيون، أو الميسكالين..الخ*. ويتزايد استعمال الطفل للمعليّات Uppers والمخفضات Downers. ويتغير تعاطي الطفل من

* للمزيد عن هذه الأسماء راجع قائمة مصطلحات المخدرات في آخر الكتاب. (المترجم)

عطلة نهاية الأسبوع بشكل منتظم إلى طوال أيام الأسبوع بشكل منتظم أيضا. وبانتهاء المرحلة الثالثة، يكون المدمن سكرانا أو ثملا معظم الوقت. وهنا يتزايد ثموله بمفرده عن ثموله مع الأصدقاء.

ونظرا لتزايد سذاجة الطفل، فإنه يتعاطى المزيد من المخدرات، في معظم الأحيان، حتى يتسنى له تحقيق الثمول الذي يتطلع إليه. وغالبا ما يبدأ الطفل في المرحلة الثالثة تعاطي الجرعات الزائدة عن الحد، الأمر الذي ينتج عنه القئ، فقدان الذاكرة، الخدر، فقدان الوعي، العصبية، والصراخ، والوفاة في بعض الأحيان.

وطفل المرحلة الثالثة يسقط من حسابه، كل مظاهر الاستقامة. فهو يتصل علانية بأصدقائه المدمنين. ويسقط من حسابه أيضا اهتمامه برضاء الوالدين أو المدرسين أو الكبار الآخرين. ويقتصر اهتمامه على الثمول والسكر فقط. ويتحول تعاطيه المخدرات من عطلة نهاية الأسبوع إلى تعاطي المخدرات قبل الذهاب إلى المدرسة وأثناء تواجده فيها.

ويصعب على الطفل، خلال المرحلة الثالثة، الحفاظ على أسلوب الحياة المزدوج. إذ يفضل الطفل المدمن استعمال الطاقة والجهد الذي يبذله في إرضاء الوالدين وحجب الحقيقة عنهما، في البحث عن أساليب جديدة للسكر والثمول. كما أن سلوكه الملتوي يحتاج منه إلى جهد ووقت أيضا.

ومدمن المرحلة الثالثة لم يعد بحاجة إلى تبديد ذلك الوقت والطاقة في المواجهات. وهو يقول، في هذه المرحلة: "نعم، ياأماه، إنني أتعاطى المخدرات. إن الأبناء جميعهم يتعاطون المخدرات. وهذا هو ما آل إليه الحال هذه الأيام، ياأماه. أنت من الطراز القديم ياأماه. أنت لاتعرفين شيئا عما يدور هذه الأيام. ليس هناك أي عيب أو خطأ في تعاطي المخدرات. وأنا لن أتنازل عنها."

وإذا ما غضب أب لأن ابنه يجمع حوله أصدقاءً يرى الأب أن لهم تأثير سئ على ولده، وأنه (الأب) يمنع ولده من الارتباط بهم بأي حال من الأحوال، فإن رد مدمن المرحلة الثالثة على مثل هذا الموقف يحتمل أن يكون على النحو التالي؛ "مهلا، أبتاه، أنا أتعاطى المخدرات نفسها التى يتعاطونها. والأفضل أن يتركهم وشأنهم لأني على الشاكلة نفسها التى هم عليها. فهل تفهم ذلك؟ نحن جميعا نتعاطى المخدرات. أنت تظن أن هناك عيبا في أصدقائي. حسن، إنهم ليس فيهم أي عيب. والشئ الوحيد الذي فيه عيب هنا هو أنت."

المرحلة الثالثة هي مرحلة، "من الذي يهتم بما يعرفه الآباء أو أي إنسان آخر."

في هذه المرحلة يسقط الطفل من هندامه أسلوب الحياة المزدوجة، ويسقط من حسابه أيضا تغيير الملابس عندما يغادر المنزل. وتصبح القمصان التائيه المرسوم عليها أوراق الماريوانا، وملاعق الكعكة* التى تعلق في القلادات، وحُلّي المخدرات مكونا شهيرا ومألوفا في دولاب ملابس المدمن أكثر من الأحذيه الشبيهه بأحذية الموكساه والقمصان المعتادة الأخرى. كما يسقط المدمن أصدقاءه المستقيمين من حسابه ومن دائرة أصدقائه. ويسقط أيضا من حسابه كل المظاهر الخادعة التى توحي بحبه للمدرسة. ويهرب من المدرسة بصورة دائمة وتنحدر تقديراته من التدهور إلى الرسوب. ويستبعد المدمن من طريقه المدرسة، الوظائف، أو أية أشياء أخرى قد تحول بينه وبين المخدرات.

ونظرا لأن الطفل، في هذه المرحلة، يكون بحاجة إلى تعاطي المزيد من المخدرات استهدافا لتحقيق الثمول والسكر اللذين يبتغيهما، فإنه يكون بحاجة إلى المزيد من التعود وعليه يتزايد اقتراف الطفل للجريمة، وتزداد سرقة الوالدين. وتنتقل السرقة إلى الإطار العام، ومن الأصدقاء ومن الغرباء. وعادة ما يحدث اصطدام المدمن بالشرطة، في هذه المرحلة الثالثة ، بعد فتح البيوت عنوة والدخول إليها، ثم الهرب، أو سرقة السيارات أو المحلات.

كان جيف مدمنا من ذلك الطراز. فقد نشأ في أسرة ثرية إذ كان والده رجل أعمال ناجح، يرأس العديد من الشركات. كان والده وأمه مطلقين. وعاش جيف الجزء الأكبر من حياته مع أمه. وعندما بلغ جيف الرابعة عشر من العمر، وعندما كان يزور والده في نيويورك، كان يتطلع إلى قبول أصدقائه الجدد له وحبهم إياه، ولذلك بدأ يتعاطى المشروبات الروحية كما قام أيضا بتدخين وصلته الأولى من الماريوانا.

وعندما عاد جيف إلى حيث تقيم أمه،استمر في تعاطي المشروبات الروحية وتدخين الغليون،ثم انتقل بعد ذلك الى تعاطي المخدرات الثقيله.وعندما التحق جيف بالصف التاسع، كان قد بدأ يدخن الغليون يوميا، وكذلك خمس أو ست وصلات من الماريوانا. كما بدأ أيضا في تعاطي المسِّرعات، الكوكائين، المخفضات وكذلك الأفيون. كما بدأ يجرب تعاطي الحمض**من حين لآخر.

* اسم مبتذل يطلق على الكوكائين. (المترجم)

** مصطلح مبتذل للدلالة على حمض الداثيلامين أو للدلالة على الحمض باعتباره مخدرا شبه صناعي لجلب الهلوسة. (المترجم)

ثم فصل جيف من المدرسة. وعندما بلغ الخامسة عشر من العمر، سرق سيارة والده. والقى القبض عليه في فرجينيا الغربية وقضى أسبوعا في مركز احتجاز الأحداث. وكانت الفكرة التي دارت في رأس والده أن يودع إبنه إحدى المدارس الخاصة الصارمة. ومع ذلك واصل جيف تعاطيه المخدرات بصورة منتظمة ووقع في المزيد من المتاعب. لقد قام بسرقة المحلات، وسرق النقود من والديه، وتورط في الكثير من حالات السطو على المنازل مع أصدقائه. فقط كان ينسل خارجا من المنزل عند منتصف الليل ويسرق سيارة أمه.

وعندما بدأ جيف دفع أمه إلى الوراء والتشاجر معها طردته من المنزل. وذهب جيف ليعيش مع مدمن آخر إلى أن طُرد من المكان نفسه أيضا. وعندما بلغ السابعة عشر من العمر كان يسكر طول اليوم وينام في الشوارع أو على الحشائش في منازل الناس الآخرين.

المرحلة الرابعة:

يبدأ المراهق المدمن في هذه المرحلة تعاطي المخدرات عن طريق الحقن في الوريد. ويستعمل الهيروين بالطريقة نفسها.

ترى، لماذا يبدأ المراهق المدمن في ضرب الإبر؟ السبب في ذلك أن تعاطي المخدرات عن طريق الحقن في الوريد هو أكفأ الطرق للحصول على الثمول السريع: إذ يصل المخدر عن طريق الحقن، إلى مجرى الدم مباشرة، ويتحرك بسرعة إلى أن يصل إلى المخ فيحدث تأثيرا سريعا. ولكن المخدرات التي يتعاطاها المدمنون عن طريق الفم تصل الجهاز العصبي المركزي عن طريق بطانة المعدة – أما المخدرات التي يتعاطاها المدمنون عن طريق الشم فإنها تصل إلى الجهاز العصبي المركزي عن طريق المادة المبطنة للأنف أو عن طريق جدران الرئتين. والماريوانا عند مدمن المرحلة الرابعة تشبه الماء بالنسبة لخبير الطعام والشراب. فهو لايستغنى عنها ولكنها تعد مادة عارضة نسبة إلى المواد الكثيرة المتباينة الثقيلة التي يستعملها في السكر والثمول.

والمدمن في المرحلة الرابعة يصبح غير قادر على التمييز بين الوضع الطبيعي المعتاد ووضع الانبساط والسكر. والتعبير المبتذل الذي يستعمله المدمنون للتعبير عن هذه الحالة هو المحروق*، وهي حالة تتجلى في ذلك

*** المحروق Burned out: حالة نفسية وبدنية ينزل متعاطي المخدرات خلالها من حالة الإنسجام والسكر إلى الإحساس "بالضياع" والانجراف. (المترجم)**

السلوك الذي يشبه القوة الزومبية[١].

والطفل في هذه المرحلة يبدو ضائعا وخربا طول الوقت، فعينيه جاحظتين، وشكله كئيب، وتحركاته بطيئة. ولاينقص وزنه في هذه المرحلة وحسب وانما يستمر في النقصان، وتضعف ذاكرته، ويسعل مرات كثيرة. ولا تنجو المدرسة، ولا الأعمال أو العلاقات الأسريه من ذلك. يضاف إلى ذلك أن قيمه الأخلاقيه التى بدأت تتدهور في أواخر المرحلة الثانية تصبح بلا قيمة مطلقا والسبب في ذلك أن المراهق المدمن يعجز في المرحلة الرابعة عن التمييز بين السلوك السوي والسلوك غير السوي.

وتتحول فتيات كثيرات في هذه المرحلة إلى البغاء حتى يتسنى لهن الحصول على النقود التى يشترين بها المخدرات. كانت سارة واحدة من هؤلاء الفتيات. فقد كانت تتجول في الشارع أثناء الليل، وتستوقف السيارات، وتعرض على الرجال الاتصال الجنسي أو ممارسة الجنس الفموى نظير عشرين دولارا. ومع معاشرة ثلاث زبائن في الليلة الواحدة، كانت سارة تحصل على النقود اللازمة للحصول على المخدرات التى ستتعاطاها في اليوم التالي – ثم تعيد تكرار العملية من جديد.

لابد أن سارة نشأت في أسرة مضطربة، متدنية المستوى، فهل هذا صحيح؟ هذا خطأ. فقد نشأت سارة الفتاة "اللطيفة" في أسرة متوسطة في ولاية أوهايو. ولكن عندما انصرفت عنها بقية أصدقائها عندما التحقوا بالجامعة، قررت هي بدورها أن تعطي نفسها إجازة وتسافر هي الأخرى. كانت سارة قد تعلمت المخدرات وخبرتها وأعجبتها الأحاسيس التى تتولد عن تعاطي المخدرات. إن الجامعة لاتناسبها. لقد حدث كل ما حدث بطريقة بريئة تماما، إذ كانت تشرب قوارير شراب علاج السعال قارورة إثر أخرى استهدافا للسكر باستعمال مادة الكودائين الموجودة في ذلك الشراب. ولكنها تحولت من أدوية السعال إلى تعاطي المسكنات. ثم تحولت من المسكنات إلى ضرب الإبر والحقن. وكل هذه أشياء مكلفة.وأفهمت سارة أسرتها أنها تعمل نادلة (جرسونة). والواقع أنها كانت ترقص عارية تماما في إحدى الحانات.

وكانت غالبية البنات اللاتي كن يعملن معها في الحانة نفسها ترقصن للسبب نفسه – الحصول على النقود اللازمة لشراء المخدرات. وترتيبا على ذلك عندما بدأ الرجال يعرضون النقود على سارة لقاء الجنس، وجدت أن تلك خطوة من السهل عليها أن تخطوها – سهلة من منطلق أن ممارسة الجنس

(١) القوة الفوق طبيعية التى يزعم أهل المذهب الودوني إنها تدخل الجثة فتعيدها إلى الحياة. (المترجم)

مع الرجال تعد طريقا سهلا للحصول على النقود، الأمر الذي يعني حصولها على الثمول (والإنبساط)، طريقة "سهلة" إلى الإنبساط والثمول – ولكنها ليست خطوة يسهل خطوها من الناحية النفسية. وتتذكر سارة، في أسى بالغ، "سقطتها" الأولى. "كنت عصبية. كان ذلك من ثلاث سنوات مضت، ولكني لازلت أذكر تماما شكل ذلك الرجل. كان في الستين من العمر تقريبا. وقال لي إنه بيطري وكتب لي عنوان إحدى الموتيلات وطلب مني أن ألقاه فيها بعد انتهاء الدوام. وأوقفت سيارتي في مرآب الموتيل. أذكر تماما أنني تجاوزت مكتب الاستقبال ثم دخلت إلى المصعد وأنا أشعر وكأني لست أنا تماما. "أنا لا أصدق أني أفعل ما أفعله الآن." أنا لا أظن أني أبلغته أن هذه أول مرة أمارس فيها الجنس. ولكن ما أذكره هو أنني طرقت الباب ورحت أنتظر في الصالة وأنا لا أصدق أني أفعل ما أفعله بحق. ودخلت الغرفة وكنت لا أعرف هل أتصرف بطريقة عدوانية، أم أخلع ملابسي عني أم ماذا. وحصلت منه على النقود مقدما ووضعتها في حافظة نقودي. والواقع أني لم أكن أعرف مطلقا ذلك الذي أفعله. لقد كنت ساذجة بحق. ولكني أذكر أنني بعد أن غادرت الغرفة، وركبت المصعد وعدت إلى سيارتي، أصبحت مختلفة تماما. وأتضح لي في النهاية، أن ممارسة الجنس مقابل النقود أسهل بكثير من الرقص، في حانة من حانات الرقص العاري، مدة أربع ساعات كل ليلة ولمدة ساعتين بعد الظهر، وعليه راحت سارة تقلل من الرقص وتحولت إلى ممارسة البغاء إلى أن تحولت في النهاية إلى الدعارة الكاملة لشراء المخدرات اللازمة لها وتعيش حياة المدمنين.

والمخدرات تصيب الأطفال، في أغلب الأحيان، بالخلط فيما يتعلق بجنسهم. وكان هذا هو حال سارة. لقد كانت في الثامنة عشرة من عمرها ولكن نظرا لأنها مارست الجنس مع الرجال طلبا للنقود، فإن العلاقة الجنسية الحميمة التي نشأت لديها كانت مع رفيقة سكنها، التي كانت هي الأخرى مدمنة وبغيٍّ أيضا.

لقد مارستا الجنس سويا، واشتريتا المخدرات، ومارستا المزيد من الجنس وتعاطيتا المزيد من المخدرات. ثم عثرتا بعد ذلك على طبيب كان يعطيهما المخدرات مقابل الجنس أو نظير مشاهدته لهما وهما تمارسان الجنس مع بعضهما البعض.

وسرعان ما تحولت سارة إلى ضرب الإبر والحقن بمخدر الديلاأوديس كل يوم قبل تناول الإفطار. كما كانت تمارس الجنس مع رئيس الشرطة كي تبعد الجنود عنها. وأخيرا ألقي القبض عليها وهي تقوم بسرقة إحدى

الصيدليات – ليس طلبا للنقود، وانما طلبا للمخدرات. وألزمتها المحكمة بالانضمام إلى برنامج من برامج العلاج من المخدرات.

وفي المرحلة الرابعة يكثر توارد أفكار الإقبال على الانتحار أو محاولة الاقدام عليه. إنها تنطوي على آلام أكثر. وفي هذه المرحلة يتحول الثمول (أو الانبساطات)، والإثارة والأحاسيس الجيدة الى ألم عاطفي مزمن.

في المرحلة الرابعة، يتحول تعاطي المخدرات إلى مرض أبدي.

تصاعد تعاطي المخدرات:

"كلما زادت المحفزات انخفضت المثبطات"

إلى هنا نكون قد تبينا كيف يهيئ الإنكار الفرصة للطفل للإستمرار في تعاطي المخدرات إلى أن يستحيل عليه العودة عنها في النهاية. ولعل هذا هو السبب الذي يحتم علينا كآباء ألا نبحث فقط عن المخدرات والأشياء المتعلقة بها وإنما نفتش أيضا في سلوك أطفالنا عن دلائل استعمالهم لها. لاتسمح لإبنك بالإنكار عليك أو على نفسه. يجب أن تتدخل فورا عقب اكتشاف الدلائل الأولى. فأنت لست بحاجة إلى سماع القصص التى من قبيل تلك التى أوردتها في هذا الكتاب، هل أنت بحاجة إلى ذلك بحق؟

آدم : كنت أتعاطى المسّرعات (المحفزات) في المدرسة وكانوا يظنون أني أدخن الغليون، لقد تعاطيت شمة من المحفزات قبيل السباق لأني كنت أحسب أنها ستساعدني على الجري. فقد قال لي المدرس أنني كسول وبطئ وأردت أن أثبت له غير ذلك. وبدأت بعد ذلك في تعاطي كل أنواع المحفزات، وأصابني المرض بعد ذلك ورحت أتقيأ دما."

دون : كان أهلي يطاردوني ولذلك هربت من المنزل وقصدت إلى شاطئ ديتون، في ولاية فلوريدا. والتقى بي ذلك المراهق على الممشى الخشبي وسألني إن كنت أريد أن أعمل كموديل. ولذا بدأت أعرض عليه حركات عري الموديل. وراح يعاشرني جنسيا ورحت أنا بدوري أثمل وأسكر مرارا. وسئمت هذه العملية وهربت منه. ثم التقيت بصبي آخر في الشارع. وسألني إن كنت أود أن أثمل معه وأجبته بالموافقة. وركبت السيارة معه ثم صوب إليّ مسدساً. واقتادني إلى منطقة الغابات وكان على وشك أن يغتصبني. ولكنه لم يكن بحاجة إلى استعمال المسدس. فأنا لم أبال أو أهتم بهذا الأمر. فأنت لايمكن أن تغتصب فتاة هي أصلا راغبة في هذا الشئ. وفكرت في

القفز في النهر وفي الانتحار حتى يستطيع الناس العثور على جثتي بعد أن تجرفها مياه النهر إلى الشاطئ."

كيل : أظن أنني تسببت في حمل فتاة عندما كنت في الرابعة عشر من العمر. كانت هي في الثالثة عشرة. وقد مارست الجنس معها في الغابات خلف المدرسة. وفعلت معها كثيرا من الأشياء الملتوية غير الصريحة ... ربما ولدان أو ثلاثة مع بنت واحدة. كنت ثمِلاً دوما طوال معاشرتي جنسيا لها. كان الجنس شيئا يوميا عندي فقد كنت أثمل وأبحث عنه."

كيفن : كنت في الرابعة عشر من العمر وكنت أتمشى مع أصدقائي على الشاطئ. وكانت في المكان الذي كنا فيه كمية كبيرة من المخدرات تكفي لتخديرنا جميعا. وما أن وصلنا إلى المكان وبدأنا ننعم بوقت طيب وبدأت أنا بدوري أحس بالنشوة حتى طلب مني أحد الصبية أن أخلع ملابسي عن جسدي وخلعت فعلا ملابسي. وراح يمد يديه على كل أجزاء جسمي ثم يتفنن بعد ذلك بما يفعل. لقد كنت خائفة ولكني كنت قد بلغت من الثمول حداً لم أعرف عنده الطريق إلى ايقاف ذلك الذي يحدث."

كريس: "كنت كلبة بحق في المدرسة. فقد كنت ألقي بالأشياء على المدرسين، وأطلق عليهم أسماءً، وأقول لهم اسكتوا. وبدأت أمارس الأمور الجنسية غير العادية. وبعد أن حرموني من الدراسة خمس أو ست مرات، كانوا على وشك أن يرفتوني من المدرسة حفاظا على الصالح العام. ولم أستطع مصارحة والداي بذلك. لم يكن لي عشيق في تلك الفترة. كان الجميع يستغلوني طلبا للمخدرات التي أحصل عليها. حاولت الهرب، ولكن ذلك لم يجد. وعليه فكرت في الإنتحار. لقد فكرت في الإنتحار كثيرا. فالإنتحار يمكن أن يكون المهرب الكبير أمامي. ظننت أن الإنتحار سيكون مثيرا، منظر الدم، والأشياء التي من هذا القبيل. ونزلت إلى الدور الأرضي وأحضرت سكينا، وبدأت في تسليخ ذراعي الذي بدأ ينزف. كنت أحسب أن ذلك سيكون رائعا... ثم أبصرت بعد ذلك معَرّق (سويتر) والدتي ملقى على أحد الكراسي وبدأت أمسح دمي في كل أجزاء المعَرّق، كي ما استرضيها. وبدأت الجراح تؤلمني وانتابني الخوف. وعدت إلى الطابق العلوي من جديد ورحت أضمد جراحي."

كيفن : عندما انتقلنا من منزلنا، بدأت أتردد على الحفلات الكبيرة وأتعاطى كثيرا من المواد، لقد خفت من ذلك فترة من الزمن، وبخاصة مادة الـ بسب Pcp لأنني شاهدت تأثيرها من خلال برنامج "ستون دقيقة" فقد شاهدت أناسا

يقفزون من النوافذ والأشياء التى من هذا القبيل بفعل تعاطي هذه المادة. ثم تعاطيت هذه المادة مرة واحدة بعد ذلك ولكنها لم تسبب لي الجنون. وعليه بدأت تعاطي المزيد من المخدرات. فقد كنت أريد أن أكون ذلك الصبي الذي يحوز المخدرات دوما. لقد كنت أشتري صداقاتي. لقد بدأت أنفق مائة دولار كل أسبوع على المخدرات فقط. كنت أظن في بعض المرات أنني دخلت مرحلة الجنون ورحت أسائل نفسي: "ما الذي دهاني، لماذا يسير كل شئ عكس ما أريد؟ لم أحاول الإنتحار قط ولكني كنت أركب دراجتي النارية (الموتوسيكل) وأتجاوز السيارات في المناطق التى لايسمح فيها بذلك، علاوة على أشياء سخيفة من هذا القبيل. كنت أقود دراجتي النارية بسرعة تسعين ميلا/ساعة ويخيل لي في بعض الأحيان، كأني أسير على خط الوسط أمام إحدى الناقلات الكبيرة. هذا طريق جيد لأمضي فيه."

ليزا: "كانت السماء تمطر بَرداً وثلجاً في فيرجينيا. وكنت أرتدي الملابس نفسها منذ ثلاثة أيام والسبب في ذلك أنني كنت أنام مع عشيقي المدمن في كوخ مهجور. كنت أكاد أتجمد من البرد. فقد ضربني عشيقي وكنت مخمورة وخائفة. كنت في الثالثة عشر فقط من عمري. وركبنا السيارة ورحنا نمزق ذلك الطريق الذي غطاه الثلج. وفي البداية اصطدمنا بإحدى السيارات وبعد ذلك سقطنا في حفرة. وخرجت فتاة أخرى من السيارة، وقد دخل شكال أسنانها في شفتها وإتجهت نحوي وأوسعتني ضربا. ورحت أتجول على الطريق وبدأت أطلب من السائقين توصيلي. وأوقف صبي سيارته وأخذني معه. لقد كان متزوجا ومع ذلك مضيت معه. ولم أمارس معه الجنس المعتاد وإنما الجنس الفموي."

بات: "كنت أبلغ السادسة عشر فقط من العمر. وكنت قد هربت لتوي من أهلي. كنت أعيش مع ذلك الصبي المُطلَّق. وحملت منه. وذات يوم ركبت أحد الخيول ولكنى سقطت من فوق صهوته. وداس الحصان على وجهي وداس أيضا على معدتي. وعدت الى الشقة واستلقيت على الأرض لأن جسمي كان متورما وينزف دما وبدأت أحس بتقلصات شديدة وسيئة بحق. وظننت أني أمر بطور الإجهاض ولذلك اتصلت بالصبي في عمله ولكنه لم يهتم قيد أنملة. انه لم يكلف نفسه مشقة الحضور الى المنزل. كنت أعاني من آلام كثيرة... وأخيرا حدثت عملية الإجهاض... والقيت بالطفل في المجاري. ثم ثملت بعد ذلك. كنت مستلقية على الأريكة ووجهي كله مصاب بالكدمات. لقد فقدت طفلي ورحت أفكر في الإنتحار. كنت أعلم عن وجود مسدس في الشقة. ودخلت الشقة وأحضرت المسدس وكنت على وشك أن أفتح النار على نفسي ... كنت على وشك أن أنسف مخي ... وبذلك يحضر ذلك الصبي إلى

المنزل ليرى مخي وقد تناثر في كل أنحاء غرفة النوم. ولكن الشئ الوحيد الذي منعني من سحب الزناد كان صورتي التي رأيتها في المرآة، فقط كانت يدي ترتعد ولم أقو على الإقبال على ذلك. وعليه بقيت ثملة طوال يومين. وعندما انتهى ما لدي من مخدرات عرضت نفسي على أحد الأطباء حتى أعرف ما جرى لي فقد كنت لا أزال أنزف."

لم يتوقف قط أحد من هؤلاء الأطفال ليعرف أن المخدرات ربما تكون هي التي تنغص عليهم حياتهم.

ونحن هنا وبعد أن ألقينا نظرة حميمة – وربما أكثر من حميمة – على ذهن المراهق المدمن وحياته، يجب ألا يغيب عنا أن أيا من هؤلاء الأطفال كان "غير سوي" قبل تعاطي المخدرات. إنهم الآن أطفال يعانون من مشكلات سيئة. إنهم محصورون داخل دائرة الألم الذاتي المستمر والعلاج الذاتي لوقف ذلك الألم. ويترتب على هذه العملية الإنفجار الأسري، وإلقاء القبض، والسلوك المريع فضلا عن الألم الذي يصيب الجميع. ولكن الألم، قد لا يؤلم الطفل مطلقا، بشكل أو بآخر، بالقدر الذي يجعله يقر ويعترف بأن المخدرات كانت وراء كل هذه المصائب. ولايزال الطفل يظن أن المخدرات هي من المسكنات. وهذا بحد ذاته شكل من أشكال الإنكار عن الأطفال.

قائمة الإنكار:

١- هل يصاب إبنك بتغييرات مفاجئة في حالته النفسية دونما سبب؟ وهل تتغاضى عن تلك النوبات باعتبارها عرضا من أعراض "المراهقة"؟

٢- هل يبدو إبنك متقلبا، مكتئبا، أو منسجما؟

٣- هل لإبنك أصدقاء جدد لايود إبنك إصطحابهم إلى المنزل أو الذين لايتمشون مع أسلوب حياة أسرتك؟

٤- هل يتحاشى إبنك الأسرة ويقضي الجزء الأكبر من وقته لوحده عندما يكون في المنزل؟

٥- هل فقد إبنك اهتمامه فجأة بواحدة من هواياته المهمة، أو رياضة من الرياضات أو نشاط من النشاطات؟

٦- هل يبدو ولدك مجادلا أو متمرداً وثائراً؟ هل تحول الصراع بين إبنك وأقرانه إلى مشكلة؟

٧- هل بدأت تواجه صعوبات في السيطرة على ولدك؟

٨- هل يتأخر ولدك في العودة إلى المنزل؟ وهل يراوغك في الكلام عن الأماكن التى يذهب إليها ومواعيد ذهابه إليها؟ هل هو متجهم الوجه أو متمرد فيما يتعلق بخصوصيته؟

٩- هل بدأت تقديرات ولدك تتداعى؟ وهل بدأت تتلقى من المدرسة مكالمات تليفونية تتعلق بسلوك ولدك؟

١٠- هل أمضى ولدك الليل خارج المنزل؟

١١- هل تغير موقف ولدك من المدرسة، مع الكلام عن التسرب منها، وأن نجاحه لايحتاج منه الالتحاق بالمدرسة؟

١٢- هل أصبح مظهر طفلك (الملابس، تسريحة الشعر، المكياج، (المجوهرات) يشكل مشكلة أساسية في المناقشات العائلية؟

١٣- هل تخلف ولدك عن المدرسة أو بعض الحصص الدراسية؟

١٤- هل يعاني ولدك من مشكلات صحية مثل السعال الشديد، وحب الشباب الدائم، فقدان الوزن، نزلاتً البرد أو العدوى؟

١٥- هل حدث أن هرب ولدك من المنزل، أو هدد بالهرب؟

الفصل الثالث

العدوى الأسرية

"أرني طفلاً مدمناً أريك أسرة تعاني."

بدأ بيرت تعاطي المخدرات عندما كان فى الحادية عشر من العمر. وعندما بلغ الرابعة عشر من العمر، كان قد بدأ ادخال أخته كات التى تصغره سنا إلى دائرة الثمول (والانبساط).

كانت أخته كات Kate في الثانية عشر من العمر. وبدأت هي الأخرى تنفخ دخان الماريوانا في وجه أخيها سين Sean، الذي يبلغ من العمر عامين، مستهدفة بذلك أن تجعل أخيها ثملا (ومبسوطا). لقد عملت هي وصديقاتها علـى ادخال ببغاء الأسرة إلى دائرة الثمول والانبساط أيضا. وحاول والدهم أن يكون زميلا وصديقا لهم، على أمل أنه قادر على علاج المشكلة. غير أن أمهم لم تتحمل أكثر من ذلك فتركت المنزل، وحيدة، وهي حامل في الشهر الرابع لاتدري إلى أين تذهب.

هذه أسرة تعاني..

الأسر ماهي إلا منظومات، يكون الأعضاء فيها منسوجين بعضهم إلى بعض مثل الخيوط في قطعه القماش الفاخرة. فكل عضو يرتكز على بقية الأعضاء، وإذا ما حدث ما يضير أي عضو، فإن بقية الأعضاء يحسون تلك المصادفات التى غالبا ما تكون شديدة. وهنا تهتز المنظومة بكاملها. وهنا تصاب القماشة بالعطب. وهنا قد يحاول كل عضو من أعضاء الأسرة الإنكار أو التعويض أو الهروب من ذلك العطب – انه على استعداد أن يفعل أي شئ إلا أن يواجه ذلك العطب ويتعامل معه.

والفكرة الشائعة الآن هي البحث عن صدع أو عطب في نسيج العائلة باعتبار أن ذلك هو السبب في تعاطي الإبن المخدرات. هل تعمل الأم؟ هل يتغيب الأب عن البلدة أحيانا كثيرة؟ هل يتغيب الأب عن المناسبات الخاصة، مثل أعياد الميلاد، الحفلات الغنائية الإنشادية أو دوري الألعاب

المصغر؟ هل تعد الأخت الكبيرة الأنيقة مصدرا كبيرا للمنافسة؟ ألم يكن الإشتراك في فريق المناظرات سببا لهذه المشكلة؟ حسنا، انتبه إلى ما أقول: إن أي سبب من هذه الأسباب التى أوردتها هنا لايمكن أن يورط الطفل أو الإبن في تعاطي المخدرات.

إتضح من الثلاثة آلاف حالة التى قمنا بدراستها، أن تقديم الطفل المراهق الى تجربة المخدرات للمرة الأولى، كان في السواد الأعظم من الحالات عن طريق أقرانه الذين يكبرونه سنا. أما العامل الثاني في تقديم الطفل إلى المخدرات، فيتمثل في تورط المراهق ضمن مجموعة الأنداد الذين ينظرون إلى المخدرات باعتبارها "بردا وسلاما". ويقف وراء هذين العاملين عامل آخر يتمثل في تعاطي أحد أفراد الأسرة (الوالد أو الجد) المشروبات الروحية أو أي مخدر آخر غير ذلك – ليس من منظور الجينات الوراثية ولكن من منظور اعتبار ذلك مشكلة من مشكلات المناخ الأسري، نمط من الأنماط التعليمية التى تنتقل بطريقة لا إرادية وبلا وعي، أما العامل الرابع فيتمثل في إعاقة الطفل البدنية أو الذهنية (كأن يكون الطفل بطئ التعلم، أو يعاني من مرض في الكلى..الخ) الأمر الذي جعله يلجأ إلى المخدرات حتى يتسنى له أن يشعر بأنه مثل بقية أفراد العصابة.

ليس هناك قاسما مشتركا عاما بين الأسر عن ابن يتعاطى المخدرات. لو أن هناك مثل هذا القاسم المشترك لأصبحت المشكلة أبسط بكثير جداً مما هي عليه. هناك كثير من المراهقين الذين يتعاطون المخدرات ينحدرون من أسر الوالدين فيها يتعاطون المشروبات الروحية أو أي نوع آخر من المخدرات، كما أن هناك كثير من المراهقين الذين ينحدرون من أسر يتعاطى أحد الأبوين فيها المشروبات الروحية أو أي نوع آخر من المخدرات. ويجب ألا يغيب عنا هنا: ***أن المشكلات العائلية أو الأسرية، بصفة أساسية أو فرعية، لاتدفع الطفل الى تعاطي المخدرات، ولكن الصحيح أن المشكلات العائلية تبدأ عندما يبدأ الابن تعاطي المخدرات.***

ولنستمع هنا إلى ماتقوله والدة بيرت Bert عما فعلته المخدرات بأسرتها: "لقد خرجت الأمور عن سيطرتنا فيما يتعلق بولدي بيرت عندما بلغ الرابعة عشر من العمر، إلى الحد الذي جعلني أظن أنه قد أصيب بالجنون. فقط كان يتعاطى المخدرات منذ سنوات عديدة. حاولت أن أكون حازمة وقاسية عليه. غير أن والده أراد أن يكون الجانب الحنون فتركه يفعل مايريد. إن والده لم يكن يفكر إلا في إرضائه فقط. ولكني كنت أحس أنني ينبغي أن أكون القوة. ولكن الأمور خرجت عن طوعي إلى الحد الذى أفقدني

السيطرة عليه وعلى تفكيره. وهنا بدأت أخاف على نفسي.

"كنت في الشهر الثالث من الحمل وكنت أقضي الكثير من الليالي أرقة بلا نوم. وفي كل مرة كنت أسمع صوتا كنت أكاد أموت خوفا أن يدخل بيرت إلى غرفة أخيه سين Sean ويصيبه بأذى.

"كان الأمر يبدو كما لو كنا قد دخلنا طول الوقت، في جدل بلا أي سبب. فقد كان بيرت يجذبني من ذراعي ويدفعني إلى الجدار. وفي إحدى المرات أمسكني من ذراعي عند أعلى الدرج (السلم) وحاول أن يرميني على السُّلَّم. لقد كنت أخافه وأخشاه في كل حين.

"وصل الأمر إلى حد أن الجدل والصراع داخل المنزل جعلاني أتبين أني كنت أحاول إبعاد كات Kate عنه كثيرا. لقد كانت كات Kate في الثالثة عشر فقط من العمر، ولكني كنت أحاول أن استرضيها كلما عاقبت بيرت أو ضيقت عليه. لم يخطر ببالي أنها كانت تتعاطى المخدرات. أما أنا فقد كنت أود منها أن تخبرني بأني كنت أتصرف بطريقة صحيحة، وأنني لم أكن قاسية عليه.

"كنت أختلف مع زوجي في طريقة معالجتنا للموقف. فقد كنت أبحث عن مرفق من المرافق المناسبة التى يمكن أن تأخذ ولدي عني لأني لم أعد أطيقه بعد ولكن زوجي لم يساعدني على ذلك. وأخيرا أدخلت بيرت مستشفى خاص به برنامج لعلاج الأطفال المدمنين. لقد كان أبوه وأنا نعلم أن السبب هو المخدرات.

"كنت أريد التخلص منه ليس إلا. كنت أريد أن أخرجه من حياتي. ثم بدأت كات بعد ذلك تشرد هي الأخرى وتناولت في مرتين جرعات أكثر مما هو مسموح به. لقد بدأت هي الأخرى تتعارك معي. وتجرأت أن تقول لي: أغربي عن وجهي. لم تكن ترغب في تفهم مشكلاتي.

"وعندما عاد بيرت Bert من المستشفى، انصلحت الأحوال أياما قلائل. ثم عادت الأمور من جديد إلى ماكانت عليه. لقد عادت الأمور إلى مثل ماكانت عليه قبل الذهاب إلى المستشفى. وهنا أصبح لدي طفلين متصايحين، بذيئين ولم أكن أعرف كيف أتصرف معهما بحق. لقد ازددت خوفا عن ذي قبل. وهنا طلبت من بيرت أن يترك المنزل ووافق وذهب لحال سبيله.

"ثم عاد إلى المنزل في اليوم التالي. وعندما طرق الباب، خفت أن أفتح له الباب وأسمح له بالدخول. وأبلغته أني لن أفتح له إلا بعد أن يعود

والده إلى المنزل. كانت إحدى صديقاتي تزورني وبدأ بيرت يحاول فتح الباب عنوة ولذلك سمحت له بالدخول, ولكني أبلغته أن يأخذ ملابسه ويذهب لحال سبيله. ونفذ بيرت ما طلبته منه ولكنه راح يلعنني بأقذع السباب طوال فترة تواجده في المنزل.

"وبعد ذلك بثلاث ليالي عاد بيرت إلى المنزل عند منتصف الليل. وكان الطقس باردا والسماء تمطر ثلجا وسمح له زوجي بالدخول. وفي الصباح أبلغني زوجي أن بيرت قد عاد إلى المنزل وسألته عن الأسباب التى جعلته يسمح له بالدخول. وقال زوجي ""ما الذي كان بوسعي أن أفعله غير ذلك؟ هل أتركه خارج المنزل يتجمد حتى الموت؟ وقلت له: "وماذا عني أنا؟ وماذا عن الطفل؟ أنا أخشى أن يقتلنا!."

"وتناقشنا في هذا الموضوع ثم قلت لزوجي في النهاية: إذا كنت لن تجبره على ترك المنزل، فسوف أتركه أنا. "وهنا دخلت إلى السيارة وانصرفت فيها. وقطعت المسافة من فيرجينيا إلى جورجيا. لم أذق الطعام أو النوم. ونزلت في إحدى الموتيلات. ثم بدأت بعد ذلك أحس بآلام وتقلصات. وكان لابد من استدعاء الطبيب. وأوصى الطبيب بالبقاء في الفراش أياما قلائل لأني على وشك أن أفقد الجنين.

"كنت أنزل في إحدى الغرف في إحدى الموتيلات. لم يكن لدي من الملابس سوى ما كنت أرتديه ساعة أن هربت من المنزل. والأكثر من ذلك، أنني تركت إبني البالغ من العمر عامين مع والده، فقط كنت أشعر بالخوف. وعليه بقيت في الموتيل أياما قلائل عدت بعدها إلى المنزل.

"وعندما عدت إلى المنزل، بدأ بيرت يهددني من جديد. ولم يكن بوسعي أن أترك سين وحيدا في غرفته في أي وقت من الأوقات. لقد كان بيرت يجلس هادئا يشاهد التليفزيون، ثم يقفز فجأة ويبدأ في الصياح. كان يجرى إلى غرفته ثم يدخل تحت السرير. ويستمر في الصياح. إنهم يصرخون في وجهي دائما، لم أكتشف ذلك إلا بعد فوات الأوان، أن بيرت وكات كانا يأخذان الطفل الصغير إلى الدور الأرضي ويجعلانه ثملا. لقد كان الطفل يخافهما خوف الموت، حدث كل ذلك عندما قررت. انه طالما لن أفقد طفلي، وطالما أن سين لم يوشك على أن يصبح مسعورا أو شرسا تماما، وطالما أني لا أستطيع أن أعيش خائفة من أن يصحو بيرت في منتصف الليل ويقتلنا جميعا، قررت في ظل كل ذلك، أن أترك المنزل. وعليه فقد تركته فعلا. لقد حزنت كثيرا لأني أحسست وكأن زوجي قد فضل عليَّ اثنين من الأبناء المدمنين."

قد تبدو هذه العقبة شاذة وغريبة. قد تبدو الأسرة غاضبة ولكن الواقع هو أن هذه الأسرة لا تختلف عن مئات بل وآلاف الأسر التي مزقتها حرب المخدرات في أمريكا.

طفلة تبدأ تعاطي المخدرات في الصف الخامس. ثم تروح تسكر وتثمل مدة ثلاث سنوات تتحول بعدها إلى أخيها الأصغر منها لتعرضه للمخدرات أول مرة وهو في الثانية من عمره. بل إنها تعرض ببغاء الأسرة للمخدرات أيضا؟

كات Kate : "لقد كنا نضع حبوب الماريوانا في طعام الطير. كنت أجلس مع أصدقائي حول القفص وتنفخ عليه دخان الماريوانا. ثم نخرجه بعد ذلك من القفص ونجعله يحاول أن يطير. كان يتخبط بجناحيه في كل أركان المكان ثم يرتطم بالجدران والأشياء. كان أصدقائي يظنونه جذلاً."

كيف تصرف الوالدان؟ تماما مثلما تتصرف غالبية الآباء. لقد كانا ينزويا في ركنيهما ثم يعودا ليتشاجرا. نحن نعلم، أن رد فعل الوالدين على المخدرات يكون عادة بإحدى طريقتين محاولة الاستمرار فيها أو الإنسحاب منها. إنها استراتيجية التقسيم ثم الهزيمة. معنى ذلك أن أحد الوالدين يصبح الوالد الوكيل. أما الآخر فيبتعد عن الموضوع ويصبح الوالد المنسحب. ويواصل الأبناء السكر والثمول.

الوالد الوكيل

"لن أسمح لهم بأن يمنعوني من تعاطي المخدرات."

ينتج دور الوالد الوكيل عن الأبوة المعتادة. فهذا الدور يتصل برعاية الأبناء، حبهم في السراء والضراء، والعناية بهم في آلامهم وأمراضهم. ومع ذلك فإن الوالد الوكيل ينفق أيضا قدرا كبيرا من طاقته وجهده العاطفي في التظاهر بأن المشكلة لاوجود لها (رفض الوالدان)، وإزالة آثار المخدرات من على مسار الطفل إلى المدرسة، ومن المنطقة المجاورة، لدى الشرطة وفي المنزل أيضا. ولعب دور الوالد الوكيل يصيبه، ان كان رجلا، أو يصيبها، إن كانت إمرأة، بالجنون والسخافة وإذا ما حاول اقناع الوالد الآخر، أو اطفال الأسرة الآخرين وكذلك الغرباء إن كل شئ على مايرام. وهذا هو كل ما يمكن أن يفعله كي يبقى على ولده في المدرسة وبعيدا عن السجن، ومنع الوالد الآخر من التدخل في الموضوع، لأنه حاد الطبع، شديد الصرامة ويحجر على تصرفات الإبن.

قد يقوم الوالدان في بعض الحالات بدور الوالد الوكيل. وذلك بأن يعملا سويا باسم إحترام الأسرة لذاتها، ويحاولا تحسين الأمور. ولكن الأغلب الأعم أن يكون هناك والد وكيل واحد، ينهض بأعباء دوره مهما كانت التكاليف. والواقع، أن الوالد الوكيل، قد يكرس، في بعض الأحيان الجزء الأكبر من وقته لرعاية الابن المراهق المدمن، في تخليصه من المشكلات والمداومة على الإيحاء للأسرة، بأنه أو بأنها، سوف ينتهي الأمر بطرده أو طردها من العمل. ومن هنا تصبح المهمة الأولى للوالد الوكيل هي المحافظة على وضع الأسرة الراهن. ومن هنا فإن هذه المهمة تعمي الوالد الوكيل عن – احتياجات المراهق المدمن، وعن احتياجات بقية أفراد الأسرة، بل عن احتياجات الوالد الوكيل نفسه.

الوالد المنسحب

"أبعدني عن هذا المكان. هذا يؤلمني."

الوالد المنسحب هو ذلك الوالد "الغاضب تماما والذي لايستوعب الأمر أكثر مما وصل إليه." والوالد المنسحب يبادر، نظرا للألم الذي يعتصره والأذى الذي ينزل به، والغضب الذي يتملكه والغليان الذي يدور في داخله، بالإستسلام قائلا للوالد الوكيل." "حسن أنت تود أن تكون مسئولا عن الأمر برمته.ولقد حصلت على ما تريد.وها أنذا أخرج نفسي من الموضوع."

والإنسحاب قد لايعني الذهاب إلى ما ذهبت إليه والدة كلا من بيرت وكات Kate – أعني الإنسحاب إنسحابا ماديا من الأسرة. إن ترك المنزل عبارة عن توضيح مادي لما يفعله الوالدان المنسحبان كل يوم وبأساليب مختلفة. هناك الوالد الذي ينسحب إلى الصحيفة، التي يستحيل أن يرفع رأسه عنها بالقدر الذي يسمح له بالوقوف على المشاجرة الدائرة في غرفة المعيشة. أو الوالد الذي ينسحب إلى التليفزيون. أو ذلك الذي ينسحب إلى لعب الجولف. أو ذلك الوالد الذي ينسحب إلى البدروم ليقوم بعمل بعض الأشياء الخشبية أو تلك الأم التي تنصرف إلى البدروم لتقوم بأعمال الحياكة. الإنسحاب يمكن أن يكون أي شئ، طالما إنه يهئ للوالد الفرصة التي يقول من خلالها: "أنا خارج هذه العملية" ثم يسلم عصا الماريشاليه للوالد الوكيل، الذي يكون على استعداد دوما للتعامل مع الموقف وتصحيح الخطأ.

وإذا ما تعين على الوالدين، وبخاصة أولئك اللذين لم يرضوا قط عن أعمالهما – أن يختارا بين ولد مدمن أو أسرة مانجة ومسعورة، فإنهما يختارا العمل لعدة أسباب. أولهما؛ أن العمل سوف يهيئ لهم فرصة التأخر ساعات

أكثر. وثانيا، عطلات نهاية الأسبوع. ثم بعد ذلك الرحلات الخلوية خارج المدينة. ثم بعد ذلك كثير من الرحلات خارج المدينة.

والوالد المنسحب يبحث عن وسائل أخرى تجعله يحس بالارتياح. لأن الأسرة تسبب له آلاما كثيره. وإذا لم يأت السرور والإنشراح من العمل، فإن الوالد المنسحب قد يتحول إلى شأن أو سلسلة من الأعمال التى تجعله يشعر بالسرور والإنشراح. والوالد المنسحب، سواء كان رجلا أو إمرأة، يكون مقتنعا أن الوالد الوكيل متورط مع الابن المدمن في مؤامرة، يدافع عنه دوما، ولايتوخى العدل مطلقا، ولذا يحس الأب المنسحب، سواء كان رجلا أو إمرأة، بأنه مرفوض من الزوج وغريب عنه. ويجب ألا ننسى هنا كيف استاعت والدة بيرت وكات إستياءً كبيراً من "تفضيل ولدين مدمنين عليّ. من هنا فإن الوالد المنسحب، استهدافا لملئ ذلك الفراغ، يبدأ في البحث عن الحب والإهتمام في مكان آخر. وبطبيعة الحال، يتحول الشكل النهائي للإنسحاب إلى توقف عن العمل، وترك المنزل وطلب الطلاق، قائلا لنفسه ولبقية الأسرة. "أنا لا أرضى عن الآلام، فأنا أيضا لي احتياجاتي. سوف أغرب عن هنا. "وهذا بدوره يؤدي فعلا إلى ترك الوالد الوكيل قابضا على الحقيبة. ولكن الوالد المنسحب يمكن أن يعقلن ذلك بقوله: "أنت تقول إنك قادر على إصلاح كل شئ، هيا، امض قدما فيما أنت فيه، إنك تعايشه، تسانده، تصغي إليه، أما أنا فلن أفعل ذلك."

وقد ينتهي الوالد الوكيل أو الوالد المنسحب إلى التحول إلى المواد الكيماوية طلبا للتخفيف عن نفسه – وغالبا ما يبدأ تعاطي المشروبات الروحية، ولكن قد يتعاطى المخدرات في بعض الأحيان. وقد يلجأ الوالد الوكيل الذي يحاول الحفاظ على لم شمل الأسرة، إلى تعاطي المهدئات، استهدافا منه لتخفيف الضغوط والآلام المترتبة على هذه العملية. وقد يلجأ الوالد المنسحب إلى تعاطي المشروبات الكحولية، أملا في النجاة من العاصفة الأسرية.

وقد يوافق الوالد الوكيل أو الوالد المنسحب على تحمل اللوم كله على ما يدور في الأسرة. ولعلنا نفهم، أن من بين الأمور التى يبرع أولئك اللذين يتعاطون المواد الكيماوية إقناعهم من لا يتعاطون هذه المواد أن هناك شيئا خطأ في حياتهم. إذ من الطبيعي جداً أن تسمع زوجة مدمن المشروبات الروحية تقول: "يقول زوجي عني أني مجنونة وأنا أظن أنه على حق. فأنا أحس كما لو كنت أوشكت على الجنون. "الواقع، هو أن هذه الزوجة ليست على وشك الجنون، ولكن عالمها أصيب بالجنون من حولها والسبب في ذلك هو زوجها الذي أدمن المشروبات الروحية. والشئ نفسه منطبق على آباء

الأبناء المدمنين. فالأبناء يبدأون فعل أشياء مجنونه ويقولون لآبائهم إن الخطأ خطؤهم. وهذا بدوره يجعل الاب يلجأ في النهاية إلى عيادة الإخصائي النفسي أو إلى مكتب مستشار الأسرة ليقول له: "لابد أني مصاب بانهيار عصبي لأني عاجز عن مسايرة ما أنا فيه." الذي إنفلتت عياره هنا هو الموقف وليس الأب.

ولكن في أغلب الأحيان يبدو الوالد كما لو كان قد دخل في حلف غير مكتوب مع ولده المدمن: "أنا مجنون. إن الخطأ ليس خطؤك. لابد أن أكون أنا السبب في كل هذه المتاعب التى تعانيها. وأنا آسف على ما أسببه لك." وقد ينتهي الوالد إلى اللجوء لطلب العلاج أو الدخول إلى أحد عنابر المصحات العقلية على أمل أن يتمكن في النهاية من تحديد مكمن الخطأ في الأسرة. يقول الوالد: "أنا المُلام." وهنا يتحول البحث عن العلاج النفسي – سواء كان زيارة للإخصائي النفسي أو الدخول إلى أحد عنابر المصحات العقلية – يتحول إلى منفذ صغير من منافذ الهرب المادي والعقلي لكل من الأب والإبن.

دراما الأسرة

"ما الدور الذي تلعبه؟"

ليس الوالدان هما الوحيدان فقط في الأسرة اللذان يعانيان ويغيران دوريهما وأسلوب حياتهما استهدافا لاحتواء المدمن. والمنظومة البشرية ليست سوى مجموعة من البشر ذوي المصالح المشتركة، يعملون لتحقيق أهداف مشتركة من خلال وسائل مشتركة أيضا. فإذا غير أي عضو من أعضاء هذه الجماعة المنظومة دون أن يفهم بقية الأعضاء ذلك التغيير ويوافقون عليه، فإن مثل هذا التغيير يسفر عن الفوضى، الألم، الإحباط، الخوف والقلق.

ويجب ألا يغيب عنك هنا ما قلناه عن أن الأسر ماهي إلا منظومات. ولعلك تقدر فكرة المنظومة الكاملة المتحركة. إن كل جزء فيها له شكله الخاص وتوازنه الخاص ومكانه الخاص أيضا. ولكن كل هذه الأجزاء معقوفة إلى بعضها بسلسلة من العصي والأسلاك والخيوط. والواقع أن هذه العصى والأسلاك تمثل، في الأسرة، مشاعر الأعضاء تجاه بعضهم بعضا وعلاقاتهم بعضهم ببعض، كما تمثل أيضا آمالهم والقواعد المنظمة التى تحكمهم. وهذا هو ما يربط العائلات إلى بعضها.

وعليه إذا ما حدث مكروه لأي عضو من أعضاء الأسرة، لأي جزء

من أجزاء المنظومة المتحركة، فإن كل عضو آخر، كل جزء آخر من أجزاء هذه المنظومة خفيفة الحركة، لابد أن يدور ويتغير ويتناغم استهدافا للعثور على شكل من أشكال التوازن.

الطفل يغادر المنزل، وينصرف إلى الكلية، كل إنسان يكيف نفسه. الوالد على سبيل المثال يبدل الأعمال التى يقوم بها، كل عضو من اعضاء الأسرة يتغير. الأم تقرر الإلتحاق بالكلية من جديد، كل عضو من أعضاء الأسرة يكلف بمسئوليات جديدة. قد يحدث ميلاد أو وفاة في الأسرة، وهذا بدوره يؤثر على جميع أعضائها. كل فرد في الأسرة يتغير، يهتز ويحدث بعض التنازلات استهدافا لتمكين الأسرة من الحصول على توازنها الجديد.

وعليه، إذا ما أصيب فرد من أفراد الأسرة بالإدمان، فليس من الغرابة في شئ أن ترى بقية مركب الأسرة يهتز. ففي البداية تكون التغييرات صغيرة، وتكاد تكون غير ملحوظة، وبذلك تكون التحركات التعويضية غامضة وغير ملحوظة أيضا. فقد لا يعي أفراد الأسرة طبيعة المشكلة، إن كل مايعرفونه هو أن هناك شيئا مختلفا ويبدأ أقل واحد منهم يلعب دوره لاستعادة توازن الأسرة من جديد. ويحدث التغيير. ويستجيب له كل فرد من أفراد الأسرة.

وإذا ما بدأ المراهق المدمن في خلق المشكلات في المنزل، فإن كل فرد من أفراد الأسرة يغير من سلوكه. فالوالدان يبدآن بإعطاء هذا المراهق المزيد من الوقت والاهتمام استيضاحا للمشكلة.

ويبدأ الأشقاء والشقيقات في إفساح الطريق، لكي يُعْطَى المراهق المدمن "المكان المتاح له". وتبدأ المتاعب في الظهور في المدرسة، وتبدأ الأشياء في الإختفاء من المنزل، وتشتد المشاجرات العائلية ويتعين على كل إنسان أن يبحث عن أساليب جديدة لتجنب العاصفة.

ثم يتحول السلوك الجديد إلى تمثيل للأدوار، يلبس فيه كل فرد من أفراد الأسرة قناعا خاصا. وهذا القناع يعطي كل فرد من أفراد الأسرة الفرصة التى يستطيع من خلالها أن يلعب دوره الجديد، إذ يوفر هذا القناع لفرد الأسرة واجهة يحتمي بها من الأذى، الغضب، الإحباط – جميع المشاعر التى تتصل بالدور الحقيقي الذي يقوم به كل فرد من أفراد الأسرة.

ويقوم كل فرد من أفراد الأسرة بلعب الدور الذي يراه هو على أنه هو دوره الجديد. ولكن الواقع، أنه لا يكون هناك مخرج، أو مسرحية، أو

نص، أو حتى سطور لهذه الدراما الجديدة. إذ يقوم كل فرد من أفراد الأسرة بالإرتجال. وهذا بدوره يخلق مسرحا غاية في الرداءة. وحياة واقعية عفنة.

وعندما تتحول العلاقات الأسرية إلى تمثيل للأدوار، يكون كل فرد من أفراد الأسرة قد أصيب بعدوى مرض المخدرات.

وترتيبا على ذلك، يتضح لنا أن القناعين اللذين يلبسهما الآباء هما قناع الوالد الوكيل والوالد المنسحب. ولكن مالذي يحدث لكل من أشقاء وشقيقات المدمن نفسه؟ كيف يتكيفون مع هذا الوضع الجديد؟ كيف يحققون التوازن الجديد؟ ماهي القناعات التى يعارضونها؟.

المدمن الثاني

"أنا أرى الأمر جميلا من موقعي"

المؤسف، أن قرين المراهق المدمن يَعُدُّ ضم شقيق المدمن أو شقيقته إلى قائمة المدمنين من بين القرارات المهمة التى ينتوي اتخاذها وبذلك يصبح هذا الشقيق أو تلك الشقيقة بمثابة المدمن رقم إثنان من أفراد هذه الأسرة. ودور المدمن الثاني يتبلور من إحساس بالإعجاب.

فالمدمن الأول، عادة ما يكون الشقيق الأكبر أو الشقيقة الكبرى، يبدو عليه "البرود" (والإنبساط). وله أصدقاء كثيرون. ويبدو أنه ينعم دوما بأوقات طيبة. فضلا عن أنه جرئ ومستقل. وكل هذه الأمور تبدو طيبة تماما من منظور المدمن الثاني، من هنا فهو يحاول تجريب المخدرات. "إن جون يهز والداي بحق. فهما يقفزان إلى الأعلى وإلى الأسفل لتحقيق مايريده أنهما يعطيانه مزيدا من الحرية طول الوقت. فهو يبدو عليه البرود (والإنبساط) ويقضي وقتا طيبا طول الوقت".

الواقع، أن المدمن الثاني لايصادف أية مشكلة في الإنخراط في تسلسل التعليم الكيمياوي – تعاطي المخدرات، الشعور (بالإنبساط) – والسبب في ذلك أن المخدرات موجوده بالفعل في منزله. ويجب ألا يغيب عنا أن الشقيق المدمن أو الشقيقة المدمنة يكون لها دور قوي في استمرار المدمن الثاني في تعاطي المخدرات – وبهذه الطريقه يضمن الشقيق الأكبر المدمن أو الشقيقة الكبرى المدمنه عدم وجود القيل والقال في المنزل.

لو عدنا بذاكرتنا إلى موضوع بيرت وكات؟ نجد أن بيرت – ليس شخصا غريبا – هو الذي جعل كات تتورط في المخدرات. لقد كانت كات طالبه جيدة. ولكن نظرا لأنها كانت "إبنة طيبة"، فقد كانت أمها تميل إليها.

لقد كانت كات تحظي باهتمام كبير ولكنه لم يكن ذلك الإهتمام الذي كانت تتطلع إليه. وعندما كانت كات تعود بتقرير درجاتها إلى المنزل، كانت أمها تقول: "أوه، هذا جيد حقا، ياعسل. هل لك أن تخرجي إلى منطقة الأشجار التى خلف المنزل وتستطلعي إن كان بيرت يسكر أو يثمل هناك؟"

لقد كانت كات Kate هي التى اتجهت إليها أمها طلبا للنصح والمشورة. ونظرا لأن الأم حاولت أن تكون صارمة، وترسي النظام، فقد كانت بحاجة إلى من يقول لها إنها كانت تفعل الشئ الصحيح، وأنها لم تكن قاسية تماما على بيرت وأن كل ماكانت تفعله إنما هو من أجل صالح بيرت نفسه. ولما كان زوجها لايعطيها مثل هذا الدعم والمساندة، فقط تحولت إلى ابنتها الطيبة طلبا لتحقيق ذلك. لقد كانت كات في المنزل بمثابة الملاك في عيني أمها. خارج المنزل، فقد كانت الأمور مختلفة تماما.

"بدأت التسكع (والصياعة) بصحبة أصدقاء بيرت، وكنت أرتدي ملابس الجينز الضيقة جداً وأتصرف تصرف المدمنة بحق. كنت في الثانية عشر من العمر ولكني كنت أتردد على تلك الحانة التى كانت تجمع حثالة المجتمع."

كانت كات منذ وقت قصير تتعاطى الماريوانا، والحشيش، المحفزات، الكواليودات، الروشتات، الأكسيد النيتروجيني، الكوكائين وكذلك الـ بسب Pcp، وقد تعاطت أول جرعاتها الزائدة عن الحد التى كانت عبارة عن "حفنة من الأقراص" والتى نقلت، على إثرها، إلى المستشفى قبل أن تبلغ الثالثة عشر من عمرها." لم أكن أعرف ماهية هذه الأقراص."

الواقع أن كات كانت تبدو مستقيمة في نظر والديها. فقد استطاعت الحفاظ على ارتفاع تقديراتها المدرسية. ولكن الواقع أن كات كانت تتستر بإحتياج أمها إليها، وكانت تلعب دورها استهدافا لإطالة مدة ثقة أمها بها – "كات مستقيمة بحق. ويمكنني الإعتماد عليها."

وعندما تركت والدة كات المنزل، صرحت كات بأن ذلك كان يؤلمها من داخلها ولكنها لم تعترف بذلك أو تقره. وبدلا من التفكير في ترك أمها للمنزل، راحت تفكر في الطريقة التى تستطيع الإنبساط والثمول بها في المنزل أثناء تواجد والدها في عمله. وقد يظن أصدقاؤها إنها باردة بحق. سيبدو الأمر لها وكأنها تنبسط في مكانها الخاص – كل هذا القدر من الحرية! ومع ذلك واصلت كات سعيها وتطلعها إلى استرعاء انتباه الآخرين.

"إن لدى عدد كبير ومتباين من العشاق، عشيق مختلف كل شهر. لقد حاولت انتقاء العشاق من بين الذين يتعاملون في المخدرات ويتعاطونها. لقد كنت أستغلهم في الحصول على المخدرات. لم أكن أعول مطلقا على استلطافي أو عدم استلطافي إياه، لم يكن يهمني إن كان حاد الطبع أو أي شئ آخر، كل الذي كان يهمني هو أن يكون لديه المخدرات.

"كنت أتنقل متطفلة في إحدى الليالي أوقف ذلك الشاب سيارته حتى أركب معه. كان في الرابعة والعشرين من عمره. وسألني إن كنت أرغب في الذهاب إلى إحدى الغرف في إحدى الموتيلات ونثمل سويا. فقد كان يحوز بعض الحشيش. وعليه، رافقته إلى الموتيل. وثملنا سويا، كما نمت معه أيضا."

إن المدمن الثاني يحمي تعاطيه المخدرات عن طريق التعاطف مع والديه. فهو يشجعهما على التركيز على مشكلات المدمن الأول ليبعد أنظارهما عنه ويسمح لنفسه بحرية تعاطي المخدرات التى يريدها.

ويزداد إنكار الوالدين بصفة خاصة في حالة المدمن الثاني. فالوالدان، أولا وقبل كل شئ، يحتاجان إلى ابن واحد يرفعانه أمام الدنيا كلها ليثبتا أنهما والدان بحق. "إن سوزي من هذه النوعية الطيبة. لست أدري ماذا يمكن أن يحدث لنا بدونها، "هكذا يتكلم والداها إلى أصدقائها – وهما يناجيان نفسيهما بشأنها فيقولا: "لقد تصرفنا معها كما ينبغي أن يكون". إن إدمان اثنين من الأبناء المخدرات أكبر مما تتحمله مشاعر الإحساس بالذات. وإنكار الآباء يمثل أفضل وسائل الحماية التى تتوفر للمدمن الثاني.

وتسير الأمور على مايرام فيما يتعلق بالمدمن الثاني – فهو يشتري الثقة به يوميا إلى أن تحين لحظة الأزمة. والأزمة عادة ما تكون على شاكلة سلسلة من الأحداث التى غالبا ما تجبر الوالد المنكر على أن يفتح عينيه ويدرك ما حوله. تخيل، مثلا، أن سوزي التى نتحدث عنها هنا، رفتت من المدرسة، وألقي القبض عليها في حادث سطو على أحد المحلات وتعاطي جرعات من المخدرات أكثر من المسموح به. كان بوسع الوالدين أن ينكرا أي حادث من هذه الأحداث ولكن وقوع هذه الأحداث الثلاثة دفعة واحدة هو الذي استرعى انتباه الوالدين وجعلهما يركزان على مايدور حولهما. ألا يستطيع الوالدان بحكم تجربتهما مع الطفل المدمن الأول، اكتشاف المشكلات التى حاقت بالمدمن الثاني؟ لا، والسبب في ذلك أن اهتمام الآباء بمراقبة التغييرات التدريجية التى تطرأ على المدمن الأول يجعلهم لا يلاحظون أو

تفوت عليهم ملاحظة العلامات الإنذارية التى تظهر على المدمن الثاني. إن القهر الذي يعانيانه هو الذي يعمي عيونهما.

ومن سوء الطالع، أن المخدرات لاتتوقف دوما عند المدمن الثاني. فقد يمتد تعاطي المخدرات، في بعض الأحيان، ليشمل أسرة بكاملها إستمع إلى مايقوله أليكس Alex: "كل أفراد الأسرة كانوا يتعاطون المخدرات ولكن باستثناء أختي الصغيرة. لقد أمسكت المخدرات بخناق الأسرة كلها. لقد حطمت المخدرات الأسرة كلها." كان أليكس يبلغ من العمر ثمانية عشر عاما. وكان يدخن الماريوانا، ويشرب المشروبات الروحية، ويدخن الحشيش، ويتعاطى زيت الحشيش، والـ تي.إتش.سي THC، والـ لسد LSD، والـ بسب PCP، والـ مدا MDA*، والميثان البللوري، المُعَلّيات، المخفضات، الروشتات، والكواليدات، المسرّعات، الكوكائين، الأفيون، عيش الغراب، الميسكالين. كان لأليكس Alex شقيقان وشقيقة صغيرة،وكانوا جميعا يتعاطون المخدرات. وقد مات أحد أشقاء إليكس نتيجة قفزه من نافذة في الطابق الثامن عشر بعد أن تعاطى مادة الـ لسد LSD المخدرة. ترى، هل أدى هذا الحادث إلى توقف بقية الأشقاء وأختهم عن تعاطي المخدرات؟ هل أدى هذا الحادث إلى استقامتهم؟

إليكس: "لقد شاركت في جنازته وأنا مبسوط وثمل. وفي اليوم الثاني بعد وفاته خرجت لشم الكوكائين وتعاطي المخدرات. وبعد ثلاثة أسابيع بالتمام والكمال من وفاة شقيقي نتيجة تعاطي مادة الـ لسدLSD بدأت أنا في تعاطيها من جديد."

من هنا يتضح أن المدمن الثاني قد يتحول إلى مدمن ثالث ورابع. وبذلك يستمر نسيج الأسرة في التمزق. وعليه فنحن هنا نحذر الآباء: إن أول وأهم استجابات الأقران الصغار لأحد المدمنين في الأسرة يجعل من ذلك القرين الصغير المدمن الثاني.

ولد يتعاظم على الإنقاذ

"أسرع من سرعة المقذوف. يستطيع أن يطوي الصلب بيديه."

---

* المدا MDA: رموز تدل على ثاني أكسيد الأمفيتامين، أحد الزيوت المنشطة نفسيا وهو يوجد في المكسرات وينتمي إلى مجموعة الأمفيتامين التى تتميز بزيادة حدة المشاعر والإكثار من الكلام والنكوص العمري. (المترجم)

للمزيد عن مصطلحات المخدرات راجع مصطلحاتها في نهاية الكتاب.

. الطفل المتعاظم، هو في العادة وليس دائما الطفل الأكبر سنا في الأسرة. وهذا الطفل هو الذي يحقق التقديرات الكبيرة، وهو صاحب الإنجازات وهو أيضا الذي يذكره كل أفراد الأسرة بالخير.

وعليه عندما تأزف الأزمة، وتبدأ الأزمة العائلية فإن الإبن المتعاظم هو الذي يتقدم للإنقاذ والإبن المتعاظم أو الإبنه المتعاظمة تحاول عكس كل المساوئ القائمة عن طريق جهد هرقلي يفوق كل الجهود والمحاولات المبذولة.

والإبن المتعاظم أو الإبنة المتعاظمة ترى وتشاهد كثيرا من الألم والأذى الذي يصيب العائلة وتقول: "هذا لايحدث معي. إنه مخيف. إنه محرج. هذا مؤلم. هذا لايدخل في إطار الصورة التى في ذهني عن الحياة الكاملة. ويتعين عليّ القيام بشئ لتغيير ما نحن فيه." وهنا يشرع هذا الإبن المتعاظم في إيجاد عالم جديد من الإنجازات المتعاظمة.

والطفل المتعاظم، سواء كان رجلا أم أنثى، هو بطل العائلة. وهو يتعاطف مع الوالدين وقد يتصرف، في بعض الأحيان، كما لو كان والدا ثالثا، بأن يبدأ في تحمل المسئوليات. والطفل المتعاظم هو الذي يتحتم عليه أن يتردد على مركز الشرطة لاستلام شقيقه المدمن أو شقيقته المدمنه، والطفل المتعاظم هو الذي يتطلع إلى تحسين الأمور بالنسبة للوالدين وللأسرة.

والمدرسون ورعاة الكنائس وكذلك المدربين لايوفون الأبناء المتعاظمين حقوقهم. "أنا أعلم أنك يجب أن تكون فخورا بحق". أو "ليتني لي ولدا أو بنتا مثل ولدك أو إبنتك". أو "لايوجد الكثير من أمثال هذا الولد في أيامنا هذه. من المؤكد أنك حظيظ." وعليه فإن الطفل المتعاظم يتعود الحصول على الثناء مقابل إنجازاته غير أن ذلك ليس أمرا سهلا على الطفل المتعاظم. إذ قد يتمدد هذا الطفل إلى مسافات أكثر من المطلوب، محاولا بذلك أن يكون هو الكل في الكل عند الناس جميعا. معنى ذلك أن الضغوط التى يواجهها في عملية الإنجاز، والحفاظ على ماء وجه الأسرة، يمكن أن تتحول إلى أمور لايقوى عليها هو – والسبب في ذلك أنه بغض النظر عما يفعله مثل هذا الطفل – المنح العلميه، الجوائز الأكاديميه، النجوميه في فريق كرة القدم، رئيس الجماعة الكوميدية، جميلة الجميلات، رئيس جماعة الشباب في الكنيسة – فإنه لن يصرف عن الأسرة آلامها أو أحزانها. إن ما ينجزه مثل هذا الطفل المتعاظم قد يعيد شيئا من البهجة المؤقتة إلى الأسرة، قد يعيد إلى الأسرة شيئا من إحساسها بقيمتها إلى صورتها العامة، ولكنه لايوقف

الأذى فترة طويلة وهذا بدوره يؤدي إلى زيادة توتر الطفل المتعاظم وزيادة الضغوط الواقعة عليه أكثر من ذي قبل. والإبن المتعاظم غالبا ما يكون متوترا وغير راض عن نفسه لعجزه عن حل المشكلات جميعها. ومهما كانت الإنجازات التى يحققها فإنها تصبح غير كافية لجعله راض عن نفسه. فما هي أسباب ذلك؟ السبب في ذلك أن رسالة القيمة يجب أن تكون صادرة عن الأسرة، تلك الشبكة الهشة من البشر الذين يشغلهم الأذى ويشعرون بقلة الحيلة إزاء طفل أدمن المواد الكيماوية المخدرة، إلى الحد الذي أصبحوا معه عاجزين عن جعل بقية الأفراد يحسون بأهميتهم. وفي كل الأحوال، من ذا الذي يستطيع أن يحدد أن الطفل المتعاظم هو الذي يكون بحاجة إلى ذلك؟

والإبن المتعاظم غالبا ما يخلق فانتازيا حول أسرته، وتكون هذه الفنتازيا متناغمة مع صورته الكاملة ومتوافقة معها. والطفل المتعاظم يمنع أصدقاءه من الدخول إلى منزله لأنه لايريد لأحد أن يعرف أن أسرته مصابة بشرخ. والمواعيد الغرامية، ومقابلة أفضل الأصدقاء لايجريها الطفل المتعاظم في منزله. وهو لا يريد أن يقاسمه الآخرين حياته المنزلية على إعتبار أنها شئ بعيد عن "القلاقل والإضطرابات." والمدرسون، المدربون، والأصدقاء يقولون إن أسر الأطفال المتعاظمين ماهي إلا صورة مصغرة لأفضل الحياوات العائلية الأمريكية، لأن هذه الصورة هي أفضل الصور التى يرسمها هؤلاء الأطفال المتعاظمون لمثل هذه الحياة.

فيكي: "لقد خيبت مارلين أملي فيها. لقد أخبرتها أن لدي أفكاري عن الأسرة الكاملة ولكنها نسفت كل هذه الأفكار. أنا لا أود أيضا أن أعلن على الملأ الحقيقه التى مفادها أن عائلتنا مشروخة. لقد كان من رأي أساتذتي أنني أفضل الأبناء الذين عرفوهم، لقد كانوا يحبوني بحق، ولم يصدقوا أن مارلين كانت شقيقتي.

"لم أكن أعرف شكل المدمن أو التصرفات التى يأتيها. وعليه لم أتمكن حقيقة من معرفة ذلك إلا بعد أن ألقى القبض عليها... لقد هربت مارلين سبع مرات. كنا في الكنيسة في إحدى الليالي وطلبت أمي مني، بعد ملاحظة بعض الأشياء، أن أراقب مارلين. كنت جالسة مع أصدقائي، والتفت حولي فلم أجدها. كانت من هذا القبيل. لقد اختفت عن ناظري رغما عني. فعلت هذه الفعلة مرتين. وفي مرة ثالثة كانت أمي خارج المنزل وطلبت مني أن أراقب مارلين. كنت في غرفة المعيشه أشاهد التليفزيون بينما كانت مارلين في غرفة أمي في الدور العلوي تشاهد التليفزيون أيضا. وصعدت إلى غرفة أمي فوجدت أن مارلين قد اختفت منها أيضا. كان مطلوبا منى أن

أراقبها، ولكن دون أن أقول لها: "إنني أراقبك" والسبب في ذلك أنني كنت الأكبر سنا ولم يكن لدي فما كبيرا مثل أفواه شقيقاتي الصغار، لقد كانت أمي تسر إليّ بما لديها لأنها كانت تعلم انني لن أبوح به لشقيقتي مارلين.

"كنت وأصدقائي بمثابة الصفوة. فقد كنت أذهب إلى المدرسة وأمارس السباحة مدة ثلاث ساعات يوميا أعود بعدها إلى منزلي ثم أحل واجباتي المدرسية.

"ولكن كان كل ما أتذكره أن مارلين كانت تغيب عنا الصيف بطوله. فقد كنا نستيقظ في الصباح الباكر أيام السبت ونبحث عنها. كان والدي يصحو ويدخل غرفتي ويوقظني، ثم نستقل سيارته ونروح نبحث عنها. لقد بحثنا عنها في كل مكان. بل إن والدي تجرأ على دخول بعض بيوت المدمنين على أمل العثور عليها وكاد والدي أن يصاب بمس من الجنون بعد فترة من الزمن. وتمحورت حياتي كلها طوال عدة أسابيع حول البحث عن مارلين. لم نفعل أي شئ سوى البحث عنها. وطوال بحثنا عنها أخذت كراهيتي لها تتزايد يوما بعد يوم لأنها كانت تسرق حاجياتي – لقد كانت تسرق كل أفراد الأسرة – بدأنا جميعا نتداعى لأنها كانت تمارس ذلك الذي أسمته "التحرر".

"لقد كرهت الحقيقة التى مؤداها أنني لم أستطع القول: "هاهي أسرتي الكاملة، أليس هذا أمرا عجيبا؟

"وعندما كانت تعود إلى المنزل كان كل فرد من أفراد الأسرة يعد ذلك صفقة كبيرة ويروح يعاملها معاملة خاصة بحق. في حين كنت أحس أن مارلين كانت مدمنة وأنها كانت تكافأ على عودتها إلى المنزل وأنها كانت تفعل ذلك الذي كنت أفعله طوال حياتي.

"ولكن كان لابد أن أساعد والدي وأعاونه بغض النظر عن كل ذلك – كنت أفعل ذلك لأن أمي أصبحت بحاجة إليّ بعد أن غابت مارلين. لقد حطم غياب مارلين أمي. كان لابد أن أثبت لها أنه بغض النظر عن مساوئ مارلين فأنا لاأزال إبنتها وأنني سوف أفعل الأشياء الصحيحة وأساندها."

والمؤسف، أن الإبن المراهق المدمن يحاول دائما تخريب الجهد الذي يبذله الإبن المتعاظم والانجازات التى يحققها وذلك بغض النظر عن الصعوبات التى تعترضه على طريق بذل هذه الجهود وتحقيق هذه الإنجازات.

فيكي: "كان كل أفراد أسرتي يحضرون لقاءات السباحة التي كنت أشارك فيها: والداى، شقيقاتي، وكذلك مارلين، ولكني لم أكن أثق بها. وعندما كان يحين دوري كنت أبحث حولي دائما عن المكان الذي توجد فيه مارلين. ومع أن بقية الأسرة تكون موجودة، فقد كنت أحس أن من واجبي مراقبتها. لقد كان ذهني مشتتا دائما."

ابن متعاظم آخر: "كنت دوما فاعل الصواب. فقد كنت أتطلع إلى استمرار الأحوال في مسارها الصحيح. لم أكن أرضى عن المشاحنات أو أي شئ من هذا القبيل. ولذلك حاولت أن يظل كل شئ هادئا. وعندما كانت كارول لاتقوم بواجباتها المنزلية كنت أقوم بها أنا إضافة إلى أعمالي، وذلك لمجرد الحفاظ على الهدوء والاستقرار.

"أنا أعزف الكمان، كما ألعب الترومبون في المدرسة. كما أشارك في جميع الفصول المتقدمة. أنا أفعل كل شئ. كما ألعب كرة لسلة. وأحظى بالقبول لدى البشر. وأستطيع الإختلاط بالناس في سهولة ويسر. كما أساير المدرسين لأني أحبهم بحق. أنا محبة للتعليم" أنا مستاءة وآسفة بحق لما تفعله كارول. لقد تنازلت عن أشياء كثيرة بسببها. لقد كنت محرجة تماما... كما لو كنت في المدرسة. فعندما كان أحد يذكرها بسوء، كنت أنهره، "أنت مخطئه، فأختي ليس فيها أي عيب. إن أختي عظيمة." ومع ذلك كنت لا أحضر أصدقائي إلى منزلي مطلقا. "إن كل ما كانت تفعله كارول فيّ كان يحدث في كل مرة عندما كنا نستعد لحضور قداس أو شئ من هذا القبيل، كانت تنشب بيننا مشاجرة. كانت تقول لي قبل مغادرتنا المنزل مباشرة، إنها لن تذهب إلى ذلك القدّاس. كانت تقول لي: إنها ليس لديها ما تلبسه. إنها لا ترغب في حضور ذلك القداس. بل إنها كانت تقف عند باب المنزل إلى أن تقوم والدتي بدفعها إلى داخل السيارة، كانت تدفعها إلى الشارع ثم تقوم بعد ذلك بإدخالها السيارة، وهنا توافق على الذهاب إلى القُدّاس. وبعد ذلك، كانت الأمور تختلط لدي بسبب التوتر الذي كان يصيبني جراء ذلك، وأروح أتعجب مما تفعله شقيقتي ويدور بخاطري انها لم تكن تهتم بأي شئ على الإطلاق."

الطفل المتعاظم يزيد من قدرات والديه الأبوية ويدعمها. وبفضل الإبن المتعاظم، يستطيع الآباء أن يناجوا أنفسهم قائلين:" حسن، يجب ألا نتمادى وإلا قد لا تسير سوزي في الطريق القويم مثل فلانه أو علانه أو لايصبح جون صانعا للألعاب في فريق كرة القدم ويلجأ إلى المشاورات. يجب أن نفعل الشئ الصحيح."

الأحمق السئ

"ألق عليّ باللائمة. فهل هذا يفيد؟"

وهنا يمضى قدما ابن آخر من أبناء العائلة يحاول مستميتا تخليص الأسرة من فوضى ذلك المراهق المدمن. ينظر هذا الإبن إلى الإبن المتعاظم ويقول: "لامفر، لايمكن لي مطلقا أن أصل إلى مثل هذا الحد." ويواصل ذلك الإبن التلويح بيديه وهو يقول: "أنظروا إليّ، ها أنذا هنا. أنا بدوري بحاجة إلى الحب والاهتمام أيضا."

والإبن المتعاظم يكون أكبر سنا، وأكثر أناقة وتجربة – أي أنه يكون أكثر جاذبية بشكل عام. والأحمق السئ لايمكن أن يجارى الإبن المتعاظم عن طريق إتيان المزيد من الأعمال التى يأتيها الإبن المتعاظم. من هنا ينظر الأحمق السئ من حوله، ويرى بعينيه كل ذلك الاهتمام الذي يتركز على المراهق المدمن، ويقرر أن أسهل الطرق للحصول على الاهتمام الذي يحظى به المراهق المدمن هو أن يقلده. ومع أنه لايتورط في المخدرات مطلقا، فإنه يستطيع أن يفعل كل ماعداها. ومن هنا يبدأ يتسكع مع مجموعة مختلفة، الأطفال غير الأسوياء. وتبدأ تقديراته في التدهور، ويبدأ في التسرب من المدرسة. ويقترف بعضا من سرقات المحلات. وسرعان ما يبدأ أفراد الأسرة في التشاجر معه أيضا. النجاح! لقد استطاع الحصول على الاهتمام الذي كان يبتغيه.

وهذا بدوره يبعد المراهق المدمن عن بؤرة الإهتمام ويهيئ له فرصة الدخول بأسرع ما يمكن إلى محال تعاطي المزيد من المخدرات والمخدرات الأقوى أيضا. وهنا يصبح السئ سببا للمتاعب والقلاقل في المنزل. ويستشعر كل فرد من أفراد الأسرة أنهم قد استطاعوا، في النهاية، الوصول إلى جذور المشكلة.

"ها – ها – إن هذه الأسرة تعاني الأذى والألم وأنت السبب فيهما." إن المراهق المدمن ليس هو السبب، أبدا يا عزيزي. السبب هو الأحمق السئ. ذلك الإنسان المتمرد مظهريا. إنه هو المشكلة. ونظرا لأن الأحمق السئ يبدأ في الاستحواذ على الاهتمام، فهذا يشجعه على إتيان المزيد من السلوك السئ، المزيد من الإهتمام السلبي. والمراهق المدمن لايسعد لوجود الأحمق السئ. ومن يدري؟ فإن الأحمق السئ قد يدخل هو نفسه إلى عالم المخدرات في النهاية.

مهرج العائلة

"ابتسم ولو ابتسامة صغيرة من فضلك."

في بعض الأحيان، قد يكون هناك طفل آخر في الأسرة – وغالبا ما يكون أصغر الأطفال جميعا – يحاول أن يسرق بعض الإهتمام المنصب على المراهق المدمن بأن يتحول إلى مهرج للأسرة.

وفي كل مرة ينظر فيها هذا المهرج إلى الأعلى تكون هناك قنبلة عاطفية على وشك الإنفجار في الأسرة. وينظر هذا الإبن الصغير إلى هؤلاء الكبار الغاضبين، الذين يطيحون بالأشياء، ويتشاجر بعضهم مع البعض الآخر، بل ويضرب بعضهم بعضا ويقول لنفسه: "أنا لا يعجبني ذلك الذي يدور. "ويحاول العثور على طريقة أخرى يفجر بها القنبلة، إما عن طريق الأداء أو الحرص أو عن طريق العناق والاحتضان.

ومهرج الأسرة يكون بمثابة الباروق أثناء عواصف المخدرات التى تجتاح الأسرة، وهو يراقب هذه العواصف بصورة مستمرة، انتظارا لظهور أية سحابة، أو ومضة برق ليبدأ عمله فورا. ومهرج الأسرة هو الذي يصرف الأسرة عن آلامها ويرفه عنها.

ولكن القيام بدور المهرج في الأسرة عمل لايسعد من يقوم به. والسبب في ذلك أن مهرج الأسرة يخشى كل يوم، ألا تغشى الأسرة سحابه أو إنها قد تأتي بعد فوات الأوان. ومهرج الأسرة يعاني يوميا من غصات الإرتباك ووخزات القلق – الارتباك لأنه لايعرف ما يدور في الأسرة والقلق لأنه ينتظر دوما حدوث الإنفجار التالي في الأسرة.

وهو يتعجب دوما مما سيحدث. ومهرجي العائلات معرضون دائما للإصابة بقرحة المعدة وأنواع أخرى من الإضطرابات العصبية التى تحدث نتيجة الضغوط النفسية التى تنجم عن محاولتهم اضحاك الأسرة.

دوج Doug يبلغ السادسة من العمر. إنه مهرج العائله. "أنا أرسم صورة والدتي طول الوقت. فأنا أقلدها تقليدا تصويريا في أحيان كثيرة لكي أجعلها تبتسم. ولكن الخوف كان يعتريني عندما أنام. لقد كنت أعاني دوما من الكوابيس فيما يتعلق بشقيقتي وأصدقاءها المدمنين وهم يدخلون المنزل، ويسرقون الأشياء، أو يحاولون إيذائي أو أي شئ من هذا القبيل."

كانت تراسي Tracy في الخامسة فقط من العمر عندما تعلمت دور مهرج الأسرة. "كانت أمي تحدد القواعد، ولكن شقيقي كان يعود إلى المنزل حوالي الساعة الثانية عشر ليلا ثم يبدآن في الشجار – كان من عادة أخي أن

يحدث ثقوبا في باب غرفة الكرار Panky وأشياء من هذا القبيل. كنت أنزل من السرير وأنضم إليهما. كنت أقول أنه لن يغضب أمي وأنا لاأرضى عن ذلك. لم أكن أعرف شيئا عما ألم به. كان كل همي ألا يغضب. كنت أحاول إضحاكه. كنت أقلد أصوات الوحوش والأصوات المنكره بل وأية أشياء أخرى طمعا في ألا يُغضب والدتي ويجعلها تصيح ألما."

الإبن السلبي

"أخرجني من هنا."

قد يبرز، في وسط هذا التعفن الأسري، قرين لايقوى على تحمل هذه الفوضى كلها، وكل هذا النشاط، وهذه المادة العاطفية المتطايرة كلها. هذا القرين هو الإبن السلبي. وبعد أن يصبح الموقف صعبا وعسيرا جداً، يبدأ التعامل معه عن طريق تناسي هذا الموقف، الإنسحاب إلى مكانه المخصص له، أو التركيز على مايدور بخلده هو. وهذا النوع من الأبناء الذي يقول عنه الغرباء وبقية أفراد الأسرة: "أليست سالي لطيفة؟ إنها هادئة تماما."

والإبن السلبي لا يشارك في أي شكل من أشكال ذلك الاحتياج العظيم، ولايضع نفسه في مأزق مطلقا ويكون أداؤه حسنا في المدرسة. وهو متعود على الربت على رأسه.

غير أن الإبن السلبي، في واقع الأمر، لايحس مطلقا أنه على اتصال بأي شخص من الأشخاص والسبب في ذلك أنه يقضى الجزء الأكبر من وقته مختبئا إختباءا ماديا أو نفسيا، عن بقية الأسرة. وهو عادة ما ينسحب إلى غرفته، أو يقرأ، ويشاهد التليفزيون، أو يرسم، أو يرسم بالألوان.

سندي Cindy الشقيقة الصغرى لفيكي، إبنة سلبية. فهي تبدأ في الصياح عندما تبدأ الكلام عما فعلته وهي تستهدف بذلك الإبتعاد عن كل من مارلين ومشكلات الأسرة. "جرت العادة أن أدخل غرفتي وأفعل بعض الأشياء في غرفتي. وأروح ألعب مع لعَبي، وأشياء من هذا القبيل. أنا أفعل الأشياء بنفسي. أشاهد التليفزيون أو ألعب مع حيواناتي الهيكيلية. ألعب اشياء طريفة. وأسمع كل مايدور بين كل أفراد الأسرة ولكني لا ألقي لذلك بالا."

كانت مارلين تخفي المخدرات تحت وسادة سندي لأنها كانت تعلم أن أحدا لن يفتش غرفة سندي.

ومع أن الإبن السلبي يحقق في العادة تقديرات جيدة، فقد يبدو فارغا، بعيدا عنك عندما تتحدث إليه، كما لو كان منشغلا بشئ آخر ولايستمع إليك

مطلقا. ومن المحتمل أيضا أن يختبئ الإبن السلبي في عالمه الخاص من الفنتازيا.

مارجريت: "قد يبدأ الجميع في مناقشة الموضوع ولكني أكتفي بترك الغرفة. أنا لا أود أن أواجه الحقيقة التي مفادها أن عائلتي تواجه مشكلة من المشكلات. أفضل الإستماع إلى الموسيقى، وأضع سماعات الأذن على أذني حتى أعزل نفسي عن كل الضوضاء التي تحيط بي."

كيم: "إضطررنا في إحدى المرات إلى تقييد أختي لأننا كنا مضطرين إلى اصطحابها إلى إحدى المصحات العقلية، فقد بدأت تظهر عليها أعراض الخبل. وأبلغتني أنني إذا لم أفك قيدها فإنها ستقتلني. وكل ما كنت أفعله لم يكن سوى إيضاح ومشاهدة مايجري. ولم أكن أعرف كيف أتصرف أو ماذا أفعل.

"لقد كان الأمر محرجا بصورة دائمه. ونحن نعلم، أن النوافذ عندما تكون مفتوحة وتكون أجهزة تكييف الهواء متوقفه عن العمل فإن القريبين منا والمحيطين بنا يستطيعون سماع كل مايدور من حديث فضلا عن سماعهم الصراخ والعويل أيضا.

"وعندما اكتشفت أن أختي كانت تتعاطى المخدرات، لم أعد أهتم كثيرا في واقع الأمر لأنها كانت قد آذتني كثيرا فقد كان من عادة أختي أن تحضر معها المراهقين المدمنين إلى منزلنا كما كانت تأتي معهم بعض التصرفات وتجعلني أشاهدها وهي تأتي هذه الأعمال.

"كنت في العاشرة من عمري. وكنت أخشاها واخشاهم دوما خشية أن يوسعوني ضربا. لقد كانت أختي ومعها أصدقاءها المدمنون يأتون إلى نافذة غرفتي أثناء الليل ويراقبونني بعد أن أكون قد ارتديت البيجاما.

"لقد كانت أختي تقترف بعض الأفعال وتلقي عليّ باللائمة فيها وكنت أرضى بذلك وأقبله لأن قبول الملامة أسهل من الضرب الذي قد ينهال عليّ منها ومن أصدقاءها فيما بعد. كنت أتقبل الدخول إلى غرفتي وأتظاهر بأني شخصية ثرية أو شيئا من هذا القبيل. أو، أتظاهر بأني كنت في انجلترا بعيدا عن الأسرة، وأنني كنت خادمة الأميرة أو شيئا من هذا القبيل. لقد كنت أعيش الكثير من أحلام اليقظة والأشياء التي من هذا القبيل. كنت أتخيل، في بعض الأحيان، أنني كسبت مليون دولار وأروح أحلم بالذي يمكن أن اشتريه بهذا المبلغ. لم أرى أسرتي قط في أحلام اليقظه التي كنت أعيشها. لقد كانت هذه الأحلام كلها تدور عن مكان سليم آخر وأناس آخرين أصحاء.

"كنت أتظاهر، في بعض الأحيان، أنني كنت أطفو فوق تلك السحابة البيضاء الكبيرة وقد ارتسم إلى جواري الرقم ٩ بالحجم الكبير. كنت أعجب دوما من الأسباب التى تجعل الناس يستعملون العبارة التى تقول: "السحابة التاسعة"، وعليه فقد كنت أتخيل سحابة على هذا النحو أيضا. واكتشف أن الجو هادئ، وليس هناك من أحد سواي، وأنت خير العارفين. واكتشف أن لا أحد يتصايح معي أو ينبهني إلى ما أفعل. كان الجو هادئا ومطمئنا.

"كنت قد بدأت أظن أن أسرتي من الأسر المعتاده. كما كنت أظن أيضا أن العائلات جميعها تتصايح وتتشاجر وتتقاذف المناضد طوال الوقت. ولكنني عندما التحقت بالمدرسة الكاثوليكية مرة ثانية، بدأت أعتقد أن كل إنسان في هذه الدنيا هو كاثوليكي أيضا.

كيم : "كنت أتعرض لقدر كبير من الضغوط في جميع الأحوال. لقد كانت تصيبني شتى انواع الصداع. لقد أصبت بمرض قشرة الشعر وأبلغني طبيب الأمراض الجلدية أنني أصبت بهذا المرض نتيجة القلق والتوتر."

من هنا فإن سحابة الإبن السلبي التاسعة قد لا تكون آمنة بالشكل التى تبدو عليه. والابن السلبي يتملكه الغضب إلى الحد الذي يشعر عنده بأنه وحيد ومنسحب من الألم والغليان الذي يجري في أسرته. الإبن السلبي يكون مبتعدا ومعاديا ولكن عداءه لايظهر على السطح مطلقا. فهو يبدو "لطيفا"، خجولا ومتفهما إلى حد ما. والأبناء السلبيين يمكن أن ينسحبوا أيضا إلى المخدرات. وبطبيعة الحال، فإن الإنسحاب الأخير لمثل هؤلاء الأبناء هو الانتحار. والإبن السلبي قد يبلغ الأسرة كلها أنه لايطيق بعد تحمل الأذى، والفوضى العاطفيه الأمر الذي يجعله يفكر جديا في إزاحة نفسه عن الموقف برمته. وبشكل جذري. وأهم أدوار القرين التى تتبقى لأسرة المراهق المدمن هما دور الطفل المتعاظم ودور مهرج العائلة. وليس معنى ذلك أن هذين الدورين يمران بلا ضرر أو أذى، ولكنهما قد ينقضيا بقليل جداً من الندب التى تراها العين المجردة.

ودور الطفل المتعاظم قد يستمر لأن الطفل، مع مثل هذا الدور، يكون قد كوّن لنفسه مجموعة من مهارات الإنجاز التى يمكن أن يفيد منها خارج نطاق أسرته. ولكن الطفل المتعاظم هو أيضا الذي يجد صعوبة بالغة في إدراك مشكلته هو نفسه وفهمها، بمعنى أن المراهق المدمن في العائلة قد أثر على حياته (الإبن المتعاظم). والإبن المتعاظم يدافع عن نفسه بأن يشير باصبعه قائلا: "تظنون أني أعاني من أمر ما. ولكن أنظروا إلى أنفسكم وما أنتم عليه. فأنا ناجح. ولا أعاني شيئا على الإطلاق."

والمشكلات التى تواجه الابن المتعاظم في حياته كلها لابد أن تكون متعلقة باقامة الاتصالات الفاعلة مع المخلوقات البشرية الأخرى والسبب في ذلك هو تحاشيه وعزلته. والإبن المتعاظم، عندما يكبر، يصبح ناجحا في كل ما يقبل على فعله، ويعرب المجتمع عن إعجابه به، غير أنه قد يجد صعوبة في العثور على العلاقة الزواجية التى يرضى عنها. والطفل المتعاظم قد يمضي في حياته على أمل أن تلعب زوجته دور زعيمة المرح والبهجة في منجزاته. وهو بدوره ينتظر أن تكون منجزاته بحد ذاتها اسهاما كافيا في هذه العلاقة الزواجية.

الدور الآخر هو دور مهرج العائلة، الذي يحتمل أن يمضى حياته في إلقاء النكات، ويكون محبوبا من الناس ويعمل على إضحاكهم. ومهرج العائلة عندما يكبر، قد يبدأ في النظر إلى سلوكه هذا على أنه سلوك غير ناضج وغير مناسب. ومع ذلك فإن مهرج العائلة قد تعلم بالفعل أن إضحاك الناس هو طريقه من طرق تجنب الواقع وعدم مواجهته.

وعليه قد يجد مهرج العائلة، عندما يكبر، صعوبة في إقامة العلاقات الدافئة الأمينة أو في الزواج والسبب في ذلك أن مهرج العائلة معتاد على تحاشي المشكلات وليس مواجهتها. والناس لا يتمكنون من إقامة العلاقات العاطفية إلا إذا استطاعوا التعامل مع الاختلافات التى بين البشر. ومهرج العائلة عندما يكبر قد تواجهه بعض المشكلات في الأعمال الشاقة، وفي الجدية التى يتطلبها كل من النجاح الأكاديمي والنجاح العملي.

والإبن السلبي هو الإبن الذي يتحتم على الوالدين أن يهتما به تماما والسبب في ذلك أن الطفل السلبي الهادئ قد يضيع خلال العاصفة الأسرية. والأطفال السلبيين يتهادون في بطئ في الحياه بلا رفاق. وكل دور من هذه الأدوار ليس سوى آلية دفاعيه تحمي لاعب الدور من الآلام التى تحيط به. إنها وسيلة من وسائل مسايرة الواقع إنها مايطلق عليه بعض الناس إسم "المشاعر المتجمدة."

وإذا ما اختفت المشاعر مات التواصل. وهنا يفقد البشر الإحساس بتواصلهم ببعضهم البعض والسبب في ذلك أن أحدا من هؤلاء البشر لايستطيع تميز الأجزاء المتصله بالدور عن الأجزاء التى تتصل بالشخص الحقيقي نفسه، بمعنى أن هؤلاء البشر لايستطيعون تمييز المشاعر الحقيقية عن المشاعر الهيكيلية الصوريه التى تشبه ستارة الدخان.

التواصل العائلي أمر هام وضروري. والمفروض على أفراد الأسرة الواحدة أن يعرفوا بعضهم بعضا ويفهمون بعضهم البعض، ويهتمون

ببعضهم البعض الآخر ويحبون بعضهم بعضا. لأن هذا بدوره يزيد القيمة الذاتية للأسرة ككل ومن القيمة الذاتية للفرد بوصفه مخلوقا بشريا.

والمدمن عندما يجبر الأسرة على اتخاذ مواقع متتالية أمامية، وعندما يضطر إلى نزع القناعات الدرامية عنها، وعندما يضطرها إلى القيام بأدوار جديدة، يتسبب في تدهور كل من القيمة الذاتية للأسرة والقيمة الذاتية للفرد. وهنا يبدأ البقاء الفردي يعمل عمله. إذ يبدأ كل رجل وكل امرأه وكل طفل في الحفاظ على نفسه وسط هذا الموقف المؤلم الخطير الذي يتهدد الجميع. ويصبح الوجود الأناني هو القاعدة. والسبب في ذلك أن أي فرد من أفراد الأسرة لاتكون لديه طاقة فائضة حتى يتسنى له مساعدة الآخرين لأنه ينفق مالديه من طاقة في الحفاظ على نفسه هو واشباع حاجياته. وهنا يتحول سلوك أفراد الأسرة جميعا إلى سلوك دفاعي.

والإبن المتعاظم لايقوى على تحمل رؤية هذا الموقف الذي يحيط به، في ظل منجزاته، وفي ظل استمرار أسرته في المعاناة من تلك الأشياء المخجلة. لقد بذل كل مافي وسعه ومع ذلك ضاعت قيمة الأسرة. إنه يحتفظ بالجوائز التى حصل عليها، ولكنه خسر الأسرة التى كان يحلم بها.

والأسرة لايعتريها تغيرات محسوسة وظاهرة خلال المرحلة الأولى ومطلع المرحلة الثانية من إدمان المراهق. والسبب في ذلك أن أفراد الأسرة لايدركون المشكلات ولذلك لايضطرون إلى تعديل سلوكهم أو تصرفاتهم إستهدافا للتعويض. لقد بدأ المراهق استعمال المخدرات طلبا للترفيه والشعور بالانتشاء ولكن مركب الأسرة لايزال متوازناً توازنا تاما.

والإبن المراهق المدمن عندما يبدأ علاج نفسه بالمخدرات طلبا للثمول والإنبساط في منتصف المرحلة الثانية من الإدمان، يبدأ سلوكه في التغير بطريقة غامضة وغير واضحة. فهو لايزال قادرا على التحكم في سلوكه الشخصي ولكنه بدأ يخدع أسرته استهدافا منه للحفاظ على ملذاته الجديدة التى اكتشفها في المخدرات، وعندما يبدأ المدمن المراهق تغيير سلوكه وحالته النفسية في محيط المنزل، فإن ذلك يصيب مركب الأسرة بالوكزة الأولى، وهنا يبدأ أفراد الأسرة في الإلتفات حولهم بحثا عن مكان جديد أمين يلجأون إليه، وهنا تتعالى أصوات موسيقى الروك. ويلجأ المدمن إلى البقاء داخل غرفته والباب مغلق عليه. وسرعان ما تبدأ نوبات الغضب في الظهور. وتبدأ الأسرة تشعر بعدم الارتياح، وهنا يصبح من الضروري على كل فرد من أفراد الأسرة أن يتكيف مع الوضع الجديد.

في البداية، لايعرف أفراد الأسرة كيف يتصرفون ولذلك يروحون يجربون أشكالا مختلفة من السلوك الدفاعي. قد يجرب الأب دور الوالد "الحاني" على المراهق المدمن، أو قد يوافق الأب على أن يشتري للمراهق المدمن حصانا أو دراجه – أي شئ يرضي المراهق ويحسن من العلاقات والتفاهم بين أفراد الأسرة. وهنا يبدأ أقران المراهق المدمن في اختبار علاقاتهم به لتحديد الخطوط الحمراء التي لايمكن تجاوزها.

وعندما يبدأ أفراد الأسرة تجربة لعب هذه الأدوار الجديدة، يكون مرض المخدرات الأسري قد بدأ يستفحل. ويجب ألا يغيب عنا هنا أن أفراد الأسرة تربطهم إلى بعضهم سلسلة من التجارب والعواطف.

وعندما يبدأ فرد من أفراد الأسرة في التغيير تبدأ بقية أفراد الأسرة في التغيير أيضا.

ومع بداية المتاعب الحقيقية – متاعب الدراسة، متاعب الشرطة، المشاحنات الأسرية الطارئة، الإساءة إلى الأقران، التخلي عن النشاطات الخارجية – تضطر الأسرة إلى التعامل مع الإبن المراهق المدمن. وهنا يظل أفراد الأسرة بدون علم أن إدمان المخدرات هو أساس المشكلات الدائرة، إن كل مايعرفونه في هذه المرحلة أن هناك مشكلة وأنهم يتعين عليهم التعامل معها. ومن هنا يبدأ كل فرد من أفراد الأسرة في ارتداء قناع جديد ويسلك سلوكا جديدا يتفق مع الموقف الجديد. قد يبدأ أحد الآباء في الإنسحاب من الإسرة. وقد يبدأ والد آخر في حماية الإبن المراهق المدمن ويلعب دور الوالد الوكيل. وقد يلعب بعض أطفال الأسرة أدوارا أخرى. إذ قد يبدأون في تقليد ومحاكاة سلوك ذلك المدمن ويتورطون في تعاطي المخدرات أو يلعبون دور الأحمق السيئ، ويبدأ مهرجو الأسرة في لعب دور جديد يهدفون به إلى التخفيف من غضب الأسرة وإبعاد الآلام عنها. وهنا يحاول الإبن المتعاظم بناء قيمة الأسرة وقدرها خارج المنزل. أو قد يحدث أن يترك أحد الأبناء الكبار الأسرة، ويحصل لنفسه على عمل ويروح يبحث هو عن قيمته الذاتية. ويتواصل، في الوقت نفسه، إنتشار المرض، ويتزايد انعدام التواصل بين أفراد الأسرة، كما تأخذ العلاقات الأسرية في التغير أيضا.

وإذا ما تحول الموقف العائلي إلى عاصفة مستعرة تشعر الأسرة باليأس والإحباط في محاولتها البقاء على قيد الحياه. وهنا يجد الأب الوكيل نفسه مضطرا إلى إصلاح الفوضى التي يحدثها المراهق المدمن ويلقي باللائمة على سلوكه وتصرفاته هو. وهنا لايختفي الوالد المنسحب وراء

كتاب أو مشروع من المشروعات – ويبدأ الوالد المنسحب في التغيب عن المنزل بصورة دائمة، وبصفة خاصة عندما تتزايد المشكلات.

ويواصل الإبن المتعاظم السير في طريق النجاح، ويواصل سعيه نحو افتتاح آفاق جديدة وأن يؤدي كل شئ على مايرام. أما الأحمق السئ فيواصل مسيرته إلى أن يصبح هو نفسه مدمنا. ويحس مهرج الأسرة بالحزن والألم داخله. ويكون الإبن السلبي قد أبعد نفسه عن الأسرة تماما. وتتسم السلوكيات بالطابع الإجباري وبالطابع الدفاعي أيضا، نظرا لأن كل فرد من أفراد الأسرة يناضل من أجل البقاء في وسط موقف مؤلم ومستحيل.

وإذا ما فشلت الأدوار الدفاعية الجديدة، يبدأ الناس في مغادرة السفينة أملا في الوصول إلى قوارب النجاة. لقد فشل الوالد الوكيل في تحسين الأمور، وهو عندئذ قد ينضم إلى الإبن المدمن في تعاطي المخدرات الكيماوية – الكحوليات أو المخدرات – أو ينتهي إلى خيار المرض النفسي حتى يتسنى له العثور على شخص آخر يقوم على رعايته فترة من الزمن. وقد يعترض الوالد المنسحب على الموقف بكامله اعتراضا غاضبا جراء العلاقة التى بين المراهق المدمن والوالد الوكيل. لقد اكتشف الإبن المتعاظم طريقه الذي سيسير عليه، تاركا الوالد الوكيل مع كل من المدمن، والمدمن الثاني، ومع إبن سلبي مكتئب ومنسحب، أو مع مهرج أسرة حزين.

أما إذا كانت الأسرة تضم طفلين فقط، فإن الإرتباط القريني سيكون في أغلب الأحيان على شكل مدمن ومدمن ثان، أو على شكل مدمن وابن متعاظم، أو على شكل مدمن وأحمق سيئ. ويمكن أن يكون هذا الإرتباط على شكل مدمن – إبن سلبي أيضا. وأقل هذه الإرتباطات حدوثا هو ارتباط المدمن – مهرج العائلة. أما إذا كانت الأسرة تحتوى على ثلاثة أطفال فإن أكثر أشكال الإرتباط احتمالا هو المدمن – المدمن الثاني – الإبن المتعاظم – الأحمق السيئ. إذ من الممكن أن يكون في الأسرة ثلاثة مدمنين، ولكن عادة ما يكون هناك طفل واحد هو الذي يستشعر المسئولية ويحاول تحسين الأمور أمام الوالدين. وإحتمالية ظهور مهرج العائلة لاتغلب إلا في الأسر التى تحتوى على أكثر من طفلين.

قائمة عدوى الأسرة:

١- هل بدأ أفراد أسرتك يشعرون بالقلق وعدم الإرتياح مع بعضهم البعض؟ وهل بدأ الأهل يحرصون من بعضهم البعض؟

٢- هل تحس أنك لست على تواصل هين مع بقية أفراد الأسرة؟

٣- هل هناك بعض الأسرار العائلية، بمعنى، هل يتآمر بعض الناس مع بعض الأبناء لحجب بعض الأشياء؟

٤- هل تحولت مشكلات أحد الأبناء إلى ميدان للقتال في علاقتك الثنائية معه؟

٥- هل بدأ سلوك أحد الأبناء يستحوز على اهتمام الأسرة؟

٦- تمهل قليلا وأعمل فكرك: هل هناك طفلة من أطفال العائلة منسحبه وهادئة إلى الحد الذي يوحي بأنها لاتسبب مطلقا أية مشكله من المشكلات؟

٧- هل هناك تحالفات في الأسرة يظهر فيها تحالف طفل مع أحد الوالدين في مواجهة الوالد الآخر؟

٨- هل تحس أسرتك كما لو كانت خارجة عن السيطرة، وكما لو كنت ترد على الأشياء بعد الواقع، بدلا من اتخاذ القرارات المستقبلية؟

٩- هل تحتوى أسرتك على طفل يستحوز على الإهتمام عن طريق(أ) السلوك السيئ(ب) السلوك التهريجي؟

١٠- هل يوجد في أسرتك طفل متعاظم آخر ولكنه يوحي بانطباعات زائفه عن الأسرة لدى الغرباء عنها؟

١١- هل تحاول أنت أو زوجتك تجنب سخونة الموقف في المنزل عن طريق العمل، النوادي أو الهوايات؟

١٢- هل أنت وزوجتك في صف واحد وأنتما تتعاملان مع الأبناء، بما في ذلك القواعد التى تضعونها والنتائج التى تترتب عليها؟

١٣- هل يوجد من بين الأبناء من يقوم بدور الوالد الإضافي، بمعنى أنه يعوض غياب أحد الوالدين؟

١٤- هل بدأ الإبن المشكله يهرب من الأسرة؟

الفصل الرابع

تمكين الوالد

"إسمح لي أن أعاونك على إيذاء نفسك".

جلس ثنائي يدخنان الماريوانا في كابينة على أحد الشواطئ. لقد كانا يدخنان الماريوانا بصفة منتظمة منذ أن كانا في الدراسة. كان هذا الثنائي يشكل جزءا من حركة معاداة الحرب في الستينات. وتكلما كثيرا عن السلام والحب. ووصلا إلى حالة الرجم* Stoned.

لقد اختلفت حياتهما الآن في بعض جوانبها. فالولد يعمل سمسارا في سوق الأوراق الماليه. أما البنت فتعمل أستاذة في الجامعة. وقد أنجبا أبنه تبلغ من العمر عامين. ثم تحولا إلى جزء من ذلك الذي كانوا -يحتجون عليه- أمريكا الحاضر. فهما بعد أن يعودا من العمل كل يوم يشعلان وصلة بدلا من تناول مشروب روحي. وهما يفعلان ذلك كي يسترخيا. وهما يعدان الماريوانا أقل ضررا من المشروبات الروحيه. وقد اشتريا لابنتهما الصغيرة نرجيله حتى يمكن لها تقليدهما وهما يدخنان الماريوانا ومنعا لإحساسها بالوحدة.

هل فهمت خلاصة الموضوع، هل فهمت؟ أراهن أننا لن نندهش عندما نرى هذه الفتاة الصغيرة خلال عدد من السنوات يعد على أصابع اليد الواحده، وهي تتعاطى العديد من المخدرات الأخرى فضلا عن تدخين الماريوانا، ونحن ربما نظن أن من صالح هذين الوالدين أن ينتهى الأمر بهما إلى وجود طفله متورطه في مشكلة من مشكلات المخدرات. في البداية، هما يشجعانها على تعاطي المخدرات، أليس ذلك صحيحا؟ إنهما يمكنان لها من ذلك. حسن، لاتتسرع في حكمك. الاحتمال وارد، لأن الإنسان عندما يصبح والدا فهو بحد ذاته يهيئ القليل من التمكين. حقا، وكقضية مسلم بها، فإن

* الرجم هنا، مصطلح من مصطلحات تعاطي المخدرات يدل على حالة من السكر البالغ جداً الناتج عن تدخين الماريوانا. (المترجم)

الأمر لايكون بمثل هذا الوضوح الذي هو عليه في حالة ثنائي سمسار الأوراق الماليه. ومع ذلك، فإن الأمر هنا يندرج تحت ما نسميه التمكين.

الإحتمال القائم هو أننا نفعل هذا التمكين يوميا. الاحتمال القائم هو أننا نفعل هذا التمكين دون أن ندري. والاحتمال القائم أن التمكين خطير خطر شراء نرجيله للطفل. وربما كان أشد منه خطرا.

الأمر ينطوى على الكثير من التمكين وعلى الكثير من التماس الأعذار على اختلاف أنواعها. إن الوالد الذي يعود إلى بيته من عمله ثم يتناول كأسا من الويسكي المخلوط بالماء يقوم بعملية التمكين. إنه يصرح بأنه محتاج إلى ذلك، فدنيا المال والأعمال رهيبة ومخيفة. ويقول أيضا: إن ذلك يساعده على الاسترخاء. وهو لايصدق انه يقوم بعملية التمكين. ولكن الواقع هو أن مثل هذا الوالد يعد مُمَكّنًا Enabler شأنه شأن ثنائي الستينيات الذي سبقت الإشارة إليه. كل مافي الأمر أنه لايدري ما يفعل.

قالت إحدى الفتيات، وهي في الخامسة عشر من عمرها، والتى كانت تتعاطى المخدرات طوال ثلاث سنوات إنها كانت تتعاطى الماريوانا في "أغلب" الأحيان، ولم تكن ترى في ذلك أي عيب أو خطأ. وعندما سألناها عن سبب تعاطيها الماريوانا قالت: إن أول غليون Pot ماريوانا شاهدته في حياتها، كان في غرفة نوم أمها. فقد كان والداها مطلقين في حين أن والدتها كانت عشيقة لأحد أعضاء مجلس الشيوخ. فقد كان ذلك النائب يحضر غليون الماريوانا ويروح هو وأمها ينبسطان سويا في غرفة نومها. فإذا كان عضو مجلس الشيوخ يتعاطى المخدرات... وإذا كانت أمها أيضا تتعاطى المخدرات، فلابد ألا تكون سيئة إلى هذا الحد. وهذه حالة أخرى من حالات التمكين التى يقوم بها الوالدان.

الغالبية العظمى من الآباء تعلم أن تعاطي المخدرات أو المشروبات الكحوليه هو نوع من التمكين لأبنائهم، تشجيع لهم على تعاطي المخدرات وتناول المشروبات الروحيه. ولكن الجانب الذي لايفهمه ولا يعيه الآباء في عملية التمكين هو "العون" Help المدمر تماما الذي يقدمه الآباء لأطفالهم. إن محاولة إخراج ابن من المتاعب، على سبيل المثال، قد يبدو مثل تقديم العون ولكنه يكون في حقيقة الأمر شكل من أشكال التمكين.

قد يكون الوالدان، في بعض الأحيان، وهما يحاولان تفهم الوضع، في موقع المُمَكّنين Enablers. من ذلك على سبيل المثال، أن الوالد الذي لايرضى عن الأصدقاء الذين يحضرهما المراهق إلى المنزل، لايحب

المتاعب التي يتعرض لها ابنه في المدرسة، ولايرضى عن الدمار والخراب، الذي يحدثه ابنه في المنزل – ولا يتخذ بشأنه أي قرار – الوالد الذي من هذا القبيل يعد مُمَكّنا. إن الوالدين بحاجة إلى إدراك الفرق بين المساعدة الحقيقية والتمكين، الفهم الحقيقي والتمكين، والمساندة الحقيقية والتمكين – التمكين هو فعل منعكس يفعله الوالدين دون تمعن أو تفكير. التمكين جزء طبيعي من الأبوه كما هو الحال في الجنين والولاده. فالتمكين يبدأ مع مولد الطفل ويستمر طوال علاقة الوالد – الطفل.

التمكين هو يد العون التي يمدها الآباء لأطفالهم مدى الحياة. والسبب في ذلك أن الآباء يحبون أطفالهم، ويساندونهم ويهتمون بهم. إنهم يمكنونهم.

يسمح الآباء، في السنوات الأولى من حياة أطفالهم، لأصابعهم الصغيرة أن تتعلق بأيدى الآباء القوية عندما يشرع الأطفال الصغار في اكتساب الثقة ومحاولة السير دون عون من أحد. ويقف الوالدان على بعد أقدام قليله وقد فردوا أذرعهم ويقولون: "تعالي إلى ماما" أو تعال إلى بابا". وبعد ذلك يتأهب هذا الطفل نفسه لركوب دراجته ذات العجلتين التي يجرى الوالدان من حولها بينما يشق الطفل بها طريقه، محاولا الحفاظ على توازنه. والوالدان عندما يتحولان إلى تلك اليد المعاونة، ينقذان أطفالهما من الإصابة بالسحجات الجلديه التي قد تصيب الركبتين، كما يحمونهم أيضا من الإصابات التي تنتج عن انثناء هيكل الدراجة. والأكثر من ذلك، أن الوالدان يقولان للطفل: "أنا هنا، أنا أساندك".

ويسير الأمر على هذا المنوال طوال فترة علاقة الوالد – الطفل. بمعنى أن الآباء يمكنون دوما للأبناء. هم يمكنون لهم أن تكون لهم هوايات، يمكنون لهم الحصول على التعليم، يمكنونهم من تعلم قيادة السيارة، يمكنونهم من الحصول على عمل، يمكنونهم من شراء حصان. التمكين شئ يحس الآباء إزاءه بأنه شئ طيب. إنه جزء من التنشئه. إنه عون على إعداد الأبناء لمواجهة العالم الذي يعيشون فيه. إن مساعدة الأب في تمويل قرار تتخذه ابنته بالعودة إلى الدراسة والحصول على درجة في القانون شئ يحس الإنسان إزاءه بالرضا والاستحسان. ولكن إذا ما وصل الأمر إلى حد تجربة الطفل للمخدرات أو تعاطيها، فإن التمكين هنا لايحظى بالرضا أو الإستحسان. التمكين هنا يصبح أمراً خطيرا.

السلوك التعليمي الأساسي للطفل هو: "إذا فعلت شيئا يؤذي، فلا تكرر فعله مرة ثانية". أو "إذا فعلت شيئا يلقى الرضا والاستحسان، فافعله مرة ثانية". والآباء عندما يبعدون الأصابع الصغيرة عن المآخذ الكهربيه

(الفيش)، أو عندما يحولون بين الأيدي الصغيره وبين العبث بأواني الطعام وإخراجها من داخل فرن الطهي، إنما يحمون أطفالهم من الألم – هذا نوع من التوسط وليس تمكينا. والآباء عندما يتدخلون ويتوسطون في تعاطي الطفل المخدرات، فإنهم يبعدون عنه الألم كله. معنى ذلك أن الآباء يوقفون الأبناء عن دفع ثمن ما يتعاطونه من مخدرات. وهنا يضرب الطفل باليد على يديه بدلا من سكب ماء يغلي عليها، ولكن المراهق المدمن لا يشعر بألم من هذا العقاب، كما أنه لايحس أي إلم من السلوك الذي يأتيه. ولذلك يواصل هذا المراهق تعاطيه المخدرات حتى يحس بالثمول والإنبساط. والآباء الذين يتوسطون في تعاطي ابنهم المخدرات ويشكلون حائلا يحولون به بين ولدهم وبين معاناة النتائج التى تترتب على سلوكه، الآباء الذين من هذا القبيل يدخلون في إطار التمكين – الإيذاء، عدم المعاونة.

من الضروري على الآباء أن يعرفوا كل شئ عن التمكين. وذلك في حالة "إذا" ما إتهم والد بالتمكين، نظرا لأن تمكين الوالدين شأنه شأن إنكار الوالدين، يجيئ في المرتبة الثانية، ونظرا أيضا لأن التمكين يحدث باسم الحب، والرعاية والمساندة. ولكن إذا ما استمر الأب في تمكين المراهق الصغير، فإنه ربما يبيعه بتصرفه هذا للمخدرات.

كيف يُمَكّن الآباء أبناءهم من تعاطي المخدرات؟ حاول أن تتدبر الأمثلة التالية.

كانت إحدى الأمهات تتسوق مع ابنتها التى تبلغ من العمر أربعة عشر عاما. وطلبت الإبنه من أمها أن تعطيها بعض النقود. وعندما سألتها أمها عما ستشتريه بهذه النقود، عرضت الإبنه على أمها جرسا*، جهاز يستعمل في تعاطي الماريوانا. وعلى الفور حررت الأم شيكا قيمته ستة وعشرين دولارا. لم لا؟ فقد ظنت الأم ذلك الجرس مزهرية من المزهريات! لقد كانت الأم ساذجة، قليلة الخبرة، ومُمَكّنة عن غير وعي.

إلقى القبض على جيم بينما كان يسرق أحد محلات البيتزا الذي كان يعمل فيه خلال عطلة نهاية الأسبوع. فلم تكن النقود التى يكسبها تكفي لدفع ثمن المخدرات التى كان يتعاطاها ولذلك بدأ جيم يسرق النقود من المُحَصّل. بدأت السرقه بورقتين من فئة الدولار، ثم بعد ذلك ورقتين من فئة الخمسة دولارات، ثم بعد ذلك ورقتين من فئة العشرة دولارات. وسكتت الإدارة عن السرقة وسمحت لها بالاستمرار إلى أن اشترت خزينة من الحديد لتحول بها

* الجرس: أداة لتدخين الماريوانا مصممة على شكل شيشه. (المترجم)

بين جيم وبين سرقة النقود، ثم استدعت إدارة الشرطه للتدخل في الموضوع بعد ذلك. وبعد إلقاء القبض على جيم استدعى أبواه إلى مركز الشرطه لمواجهة ابنهما بأصحاب محل البيتزا. وشرحت الشرطة الموقف للطرفين. فقد كان من رأي والدي جيم، انه في السادسة عشر من العمر، صغير جداً على مواجه النتائج التى تترتب على تصرفاته. وفي مقابل ذلك. عرض والدا جيم أن يعيدا النقود إلى أصحاب محل البيتزا، مضافا إليها مكافأة قليله، إذا ما وافق أصحاب المحل على التنازل عن الموضوع برمته. وكان من رأي الشرطة إعطاء جيم شيئا من تربية الأحداث، ولكن الوالدين رأيا أن ذلك سيكون كثيراً جداً على ولدهما.

ودفع الوالدان النقود إلى أصحاب المحل ووضعا أيديهما من حول ولدهما واصطحباه إلى المنزل، وأعطياه محاضرة لابأس بها عن الأمانة، غير أنهما لم يسألاه عما كان يفعله بكل تلك النقود التى كان يسرقها. وهنا نجد أن الوالدين عن طريق "تنظيف" سلوك ولدهما جيم – إضفاء صفة الصحة على سلوكه الخاطئ – ومنعه من مواجهة النتائج التى ترتبت على تصرفاته، يكون والداه قد دخلا طور التمكين.

عثرت حرم السيد ميرفى بينما كانت تنظف غرفة ولدها على بطاقة معلومات ملصقة على إحدى معدات التسجيل مكتوب عليها "مدرسة مقاطعة هولبورو"، واتفقت مع زوجها على لف المعدة بغطاء من البلاستيك وإعادتها إلى المدرسة في ساعة متأخرة من الليل عندما تكون المدرسة مغلقة. فلم يكونا يرغبا في القاء القبض على ابنهما، وبالتالي فإن الأمر لايستلزم أن يواجه الإبن الآلام التى ستترتب على ذلك، فضلا عن أنهما ليس هناك ما يستدعي تعرضهما للحرج. الوالدان هنا في موقع التمكين.

بعد طرد جوآن من المدرسة بتهمة بيع المخدرات في السنة النهائية، حاولت أمها أن تعيدها إلى المدرسة مرة ثانية. ولكن المدرسة رفضت ذلك – لأن جو آن كانت بالفعل قد فصلت قبل ذلك من مدرستين أخريين. لقد كانت أمها تريد لها الابتعاد عن أولئك الأبناء "السيئين" الذين كانوا يجلبون لها المتاعب. وانتهت الأم إلى أن انفقت حوالي ٦٠٠٠٠ دولار ليتسنى لها اعادة ابنتها إلى المدرسة الوحيدة – في سويسرا – التى قبلت انضمامها إليها. إن كل ما كانت تحتاجه جوآن هو المزيد من الحرية لتتعاطى المزيد من المخدرات! ومن المؤكد أن والدة جو آن انفقت الكثير جداً من أجل تمكين ابنتها.

هـــذه الحادثة تكشف عن التمكين بكل درجاته – كل شئ بدءً بالوالد

الذي تفاوض مع المدرس للحصول على تقرير نقل لابنته وإنتهاء بالوالد الذي كذب على الشرطة عندما سأل أفرادها عن المكان الذي كانت ليز Liz فيه عند الساعة الثانية مساء يوم الجمعه. "لقد كانت نائمة في الدور العلوي" قال الوالد الممكن. "وسأله أفراد الشرطه: "هل أنت متأكد مما تقول؟". "لابد أن أكون متأكدا. هل تظنون أني لا أعرف المكان الذي تتواجد فيه ابنتي عند الساعة الثانية صباحاً؟".

أو حكاية ذلك الأب الذي اشترى لابنه سيارة ثالثة بعد أن أصبح لديه سيارتان. أو حكاية الأم التى وافقت على أن توقع تسع وعشرين إشعارا بالتغيب في فصل دراسي واحد دون أن تتخذ أي إجراء بشأن هذا الموضوع. أو حكاية هذان الوالدان اللذان انتقلا من مين Maine إلى فلوريدا ووافقا على أن يصحبا معهما في سيارة النوم نباتات القنب الأسيوي (الماريوانا) التى كان ابنهما يزرعها. أو تلك الجده التى راحت تروي نباتات القنب الأسيوي التى كان حفيدها يزرعها لأنه قال أنها نباتات طماطم يابانيه. لقد استمرت الجده في ري النباتات وتعريضها للضوء، وتسميدها وراحت تتعجب طول الوقت عن الأسباب التى وراء عدم حصولها على ثمرة مقابل الجهود التى كانت تبذلها. ثم إنها لم تشاهد تلك الطماطم اليابانيه. ولكن يجب أن تكون على يقين من أن حفيدها كان يواظب على تشذيب تلك الأشجار بصورة منتظمة.

والآباء يقعون في خطأ التمكين عندما يدمن أحد أبنائهم تعاطي المخدرات. إنهم يعرفون دوما أن المخدرات هي المشكله، ويجربون المساومة باعتبارها وسيلة من وسائل الإبقاء على الإبن تحت السيطرة. خذ على سبيل المثال، تلك الأم المطلقة التى بدأت تشعر بالقلق لأن ولدها كان يتعاطى المخدرات لأن المنزل لم يكن فيه ذكر يقوم على أمر النظام والإلتزام فيه. لقد كانت تلك الأم تعلم أن ولدها قد إنخدع وأنها كانت تشعر بالألم والندم لأن ولدها المراهق لم يكن أمامه نموذج ذكرى يحتذيه في المنزل. وراحت تلك الأم تشعر بالألم والقلق مما يمكن أن يحدث لولدها إذا ما استمر في التأخر خارج المنزل أثناء الليل ليشرب ويثمل وينبسط، ولذلك راحت تبرم معه صفقة بأن قالت له: إذا كان لابد من تدخينه الماريوانا تحت أي ظرف من الظروف، فأضعف الإيمان أن يفعل ذلك في مكان أمين وليكن المنزل. وترتيبا على ذلك بدأ ولدها يحضر أصدقاءه إلى المنزل وسرعان ما تحولت غرفته إلى وكر من أوكار تدخين الماريوانا. وظنت الأم أنها بذلك استطاعت الحفاظ على سلامة ولدها. وبدلا من الحفاظ عليه راحت تقول له: "نعم للمخدرات، طالما تتعاطاها في المنزل".

وقد حدث الشيئ نفسه عندما سئم أحد الآباء مجيئ إبنه مترنحا بفعل تعاطي المخدرات في الساعات الأولى من الصباح. فقد رأى الأب في منامه أن ولده سوف ينتهي بالتمزق على قارعة الطريق السريع أو في غرفة الطوارئ، ولذلك سمح لابنه بتعاطى المشروبات الروحيه في المنزل إذا ما قطع له وعداً بعدم تعاطي هذه المشروبات خارجه.

بل إنه سمح له أيضا باستغلال الثلاجة الموجودة في القبو في حفظ البيرة الخاصة به. ترى ما الرسالة التى أرسلها الأب لولده؟ "نعم لتعاطى المشروبات الروحيه".

دخل أحد المحامين في إحدى ضواحي مدينة دنيفر الطريق الصعب. فقد قرر هو وزوجته أن يقيما لولدهما "حفل حضانه" بمناسبة عيد ميلاده التاسع عشر احتفاءاً به. كان الحفل يضم عدداً كبيراً من المراهقين، وكان من بينهم ثلاث فتيات فقدن السيطرة على سيارتهن وهن في طريقهن إلى منازلهن واصطدمن بشجرة من الأشجار. وقتلن هن الثلاثه. ورفع أبائهن دعوى على المحامي لأنه سمح لبناتهم القاصرات بتناول المشروبات الروحيه.

وكسب الآباء الثلاثه الدعوى وجاء حكم المحكمه على المحامي باهظا جداً (مايزيد على عشرة ملايين دولار أمريكي) الأمر الذي جر الخراب على العائلة وحطمها. وعلى امتداد العام ونصف العام اللذان اعقبا ذلك الحادث، خسر المحامي عددا كبيرا من زبائنه. وقد أدى الأثر العاطفى للعقوبة المجتمعيه التى وقعت عليه، إلى تفاقم مشكلاته فضلا عن تفاقم مشكلات كل من زوجته وأبنائه، وفي النهايه توقف ذلك لمحامي، وأقلع عن ممارسة مهنة المحاماه، وباع منزله ثم نقل أسرته وأهله إلى مكان يختبئون فيه" عن أعين الناس في الصحراء. ألا يجوز لنا القول هنا: إن هذه النتائج كانت وخيمة جداً على والد طيب أراد أن يقيم حفل حضانه لأصدقاء ولده؟.

الشكل الثاني من أشكال سلوك الوالد التمكيني يتمثل في استبعاد النتائج السلبيه. والطفل إذا لم يفرض عليه مواجهة سلوكه وتصرفاته، فإنه لايتذكر هنا سوى ذلك الجزء من المخدرات الذي يشعر معه بالإنبساط والثمول – وليس النتائج المترتبه على سلوكه التى تولد في نفسه شعورا سيئا. من هنا، فإن الطفل يظن أن المخدرات كلها طيبة لأنه يخبر معها جميع الملذات كما أنه لايحس مع تعاطيها بأي ألم من الآلام المتصله بتعاطي المخدرات.

وطالما أن الوالدين آمران ناهيان فيما يتعلق بسلوك المراهق المدمن، وطالما أن الأبناء يواصلون تماديهم دون أن تترتب على تماديهم هذا، أية نتائج سلبية، فإن الأبناء سوف يواصلون تعاطي المخدرات. والتوقف عن

التمكين لايعني بالضرورة توقف الأبناء عن تعاطي المخدرات. ولكن عندما يتوقف الوالد عن الموافقة علـى تعـاطي المخـدرات، يكون قد خطـى خطـوة يقترب بها تماماً من إدراك أن الموقف بكامله أصبح خارجا عن نطـاق سيطرته، وأنه قد آن الأوان بأن يبادر مثل هذا الوالد إلى التعامل مع هذا الموقف الجديد.

كم تستغرق عملية توقف الوالد عن التمكين؟ قد يستغرق الأمر مجرد رحلة يقوم الوالد بها إلى مركز الشرطة أو غرفة الطوارئ. أما مسألة انتظار وقوع الواقعة حتى يمكن التوقف عن التمكين فهي تشبه ذلك الذي يتلاعب ببندقية محشوة بالرصاص.

الأم التى لم تفعل شيئا عندما عرفت أن إبنها استغل بطاقتها الإئتمانية في سحب سبع دفعات من مكتب الصـرف الآلـي، بلغت قيمتها ٢٥٠ دولارا أمريكيا، خلال فترة زمنيه لم تتجاوز أربع وعشـرين سـاعة، هذه الأم كـانت في انتظار الواقعه. الأب الذي أنفق ٧٥٠ دولارا أمريكيـا، أتعابا للمحامـاه لتبرئة إبنه من حادث سرقة، وهو يعلم أن إبنه مذنبـا، هذا الأب كـان هـو الآخر في انتظار وقوع مصيبة أكبر. وهكذا كان حال ذلك الأب، الـذي كـان يعلم أن إبنته كانت تتسلل خارجه من المنزل أثناء الليل طلبا للإنبسـاط والثمول، ثم عمل بنصيحة الإخصائي النفسي وأنفق ٢٥٠٠٠دولارا أمريكي في بناء غرفة جديدة على سطح المنزل حتى يوفر لإبنتـه مدخـلا خاصـا بها تخرج منه وتجئ حسب هواها.

الأب الذي من هذا القبيل يستطيع الآن استرجاع ذلك الموقف ويشعر معه بالتعجب من غبائه وحماقته. كان الوالد، يوم أتـى ذلـك التصـرف، يظـن أنه كان يفعل شيئا خاصا جدا بابنته وأن ذلك الشئ سوف يجعلهـا تفهم مـدى حب والدها لها واعزازه إياها. ولم يتوقف الأب عن تمكين ابنته مـن تعـاطي المخدرات إلا بعد أن ألقى القبض عليها أثناء ممارستها الدعارة.

التحفيز

"فعل الأشياء يتأتى بشكل طبيعي."

ناقشنا كيف أن التمكين يمثل نوايا طيبة. ولكنا نعرف أن الطريق إلى جهنم شاق وطويل. فكل أعضـاء الأسـرة، والجـيران والأصدقـاء سـوف يتأثرون بالإمتعاضات التى ستظهر على وجوهنا ونحن نستهدف "مساعدة" أولادنا. لكن، هل مايراه هؤلاء الناس على أنه جهودا بطوليه تتم عن الحب والرعايه، هي من جانبنا تعبير عن الحب والرعايه **بحق**؟ هل من الحب أن

تسمح لإبنك أن يستمر في شئ قد يهدد حياته؟ هل الحيلولة بين ولدك وبين معاناته من النتائج التى تترتب على تصرفاته هى بدافع الحب له بحق؟

وماذا عن التحفيز؟ هل ما يحدث هو من قبيل الحب والاهتمام بحق؟ أم أننا نتخذ الترتيبات، أو تنظف أو نستر استعدادا لتحاشي الحرج؟ وهل هناك أصعب من رفت إبن من المدرسة وإيداعه السجن في محيط التعامل مع الأصدقاء ومع الأسرة؟ هل تخشى من أن يبدأ الناس يتعجبون من تلك النوعيه من الأبوة التى تسمح لطفل من أطفالها بالتورط في كل هذه المتاعب؟ هل إنقاذ ماء الوجه أهم من إنقاذ أطفالنا من المخدرات؟

ولكن لعلنا نتدبر الأمر قليلا: وبفرض أن التمكين يكون صادرا عن الحب والإهتمام، فهل يكون أقل فتكا من ذلك التمكين الذي يكون مبعثه الأنانيه والحرج؟ الإجابة بالطبع: لا. والمحزن أن التمكين في أغلب الأحيان يكون مبعثه الحب الطيب الذي تترتب عليه نتائج سيئة.

أشكال التمكين

"كيف آذيك، إسمح لي بإحصاء طرق الإيذاء"

سلوك التجاهل:

يعد سلوك التجاهل أول أشكال التمكين وأكثرها وضوحاً. فالطفل عندما يبدأ التورط في المتاعب في المدرسة، عندما تبدأ تقديراته في التدني، فإن استجابة الوالد لذلك تكون بالتظاهر بعدم حدوث أي تغيير والتمني بأن ذلك سيزول قريبا. وعندما يصبح الطفل وقحا في المنزل، ويرد على والديه ويتشاجر مع أقرانه، فإن الوالدين يفضلان في البداية تجاهل هذه الوقاحة وذلك الشجار. ولكن عندما تبدأ مشاعر الطفل وسلوكه يتغيران بفعل المخدرات، فإن تجاهل هذا التغيير لن يساعد على التخلص منه أو زواله. وهنا يزداد تدهور الموقف بازدياد تعاطي المخدرات. والأكثر من ذلك أن الوالدين سوف يسمحان باستمرار تعاطي المخدرات في حالة إذا ما تجاهل الوالد الموقف ولم يخطو أية خطوة في سبيل تغيير مثل هذا الموقف. وهنا نعود من جديد إلى شكل آخر من أشكال دائرة الإستمرار الذاتي.

كانت أسرة بيترسون وثيقة الصلة ببعضها دوماً. فقد كان لابنتهما الوحيدة عدد كبيرمن الأصدقاء فضلا عن إنها كانت طالبه مجده. ثم بدأت الأحوال تتغير بعد ذلك. يسترجع والدها ذكرياته فيقول: "لقد ظهرت أمامنا كل العلامات." فقد بدأت تتدنى تقديراتها المدرسيه، وتغيرت عاداتها، وأهملت

نشاطاتها غير المنهجية. ولكن لم يتطرق فكرنا إلى المخدرات. والسبب في ذلك أننا كوالدين لم نكن نعرف شيئا عن المخدرات. لقد كانت تدخن الغليون (الماريوانا) وتتعاطي المشروبات الروحية طوال عام تقريبا. ثم بدأت بعد ذلك تخلط الكواليودات مع المشروبات الروحيه.

لقد وقع لها حادث سيارة مع أصدقائها ولكنها لم تخبرنا عنه. كل ما حدث أنها طلبتنا تليفونيا وأبلغتنا أنها ستبقى عدة أيام في منزل صديقة لها. ولكنى استطعت أن أتبين من نبرات صوتها أنها لم تكن على مايرام. ولذلك أصررت على عودتها إلى المنزل. لقد فهمت أن أمرا ما قد وقع لها ولكن عندما دخلت المنزل، كانت مربوطة بالضمادات، ومصابة بجروح بليغة والدم يغطي وجهها.

"ويتضح أنها هربت من المدرسة مع بعض الأطفال الآخرين الذين كانوا يتسربون من المدرسة أيضا. ورحت أبحث عن الأطفال الذين كانت بصحبتهم واكتشفت أنهم كانوا يتعاطون المخدرات. وبعد أن راجعت المدرسة وجدت أن ابنتي كانت تهرب من بعض الحصص بصورة منتظمة. [لقد غابت ثلاثة وأربعين يوما من إجمالي خمسة وأربعين يوما دراسيا]. وإلى تلك اللحظة لم نربط بين سلوكها وبين تعاطي المخدرات. ولم نكن نصدق أنها تتعاطى المخدرات حتى عندما تكون بصحبة المراهقين الذين يتعاطونها. بل إننى تفاوضت مع المدرسة أن تعفو عنها وتسامحها في حالة عودتها الى الدراسة وانتظامها".

سلوك الإخفاء عن الوالد الآخر

يستخدم الوالدان هذا الشكل من أشكال التمكين والسبب في ذلك أن الوالد القائم بالتنشئة، الرعاية، الحماية يفضل أن يكون صديقا للطفل وأن يبعد عنه الوالد الصارم، النظامي ويحول بين الوالد النظامي وبين اكتشافه لما يدور فعلا.

لقد أذنب آل بيترسون عندما اقترفوا هذا الشكل من أشكال التمكين أيضا. لقد تعاونا في البداية على إرساء القانون. وبدءا سويا يحددان فترات حظر التجول.

لقد فتشا بحثا عن انتظام ابنتهما في الدراسة. واكتشفا أيضا أن إبنتهما لم تكن تخرج من المنزل أثناء الليل أيام الذهاب إلى المدرسة.

وفي إحدى الليالى أعلنت ابنتهم أنها ستذهب إلى حال سبيلها تحت أي ظرف من الظروف. وتمسكت حرم السيد بيترسون بموقفها قائلة: "أبدا،

لن تتركي هذا المنزل، ياآنستي الصغيرة، لن تتركي هذا المنزل مطلقا." وتدخل السيد بيترسون في الأمر وطلب من زوجته أن تترك الغرفة، لأنه سوف يناقش الأمر مع ابنته. فقبل كل شئ كان السيد بيترسون دوما هو الشخص القادر على التعامل مع ابنته. ومع ذلك تركت الإبنة البيت، مخلفة الوالدين وراءها غاضبين، وآذتهما ولم يقو أي منهما على الكلام.

وتسترجع حرم السيد بيترسون تلك الأمسية: "لقد ظننت أني سوف أفقده. كان عندي في مقام ريت بتلر Rett Butler. كان الأمر مثيرا تماما. فقد دخل الحمَّام وحبس نفسه فيه عدة ساعات. لم يكن متوازنا عاطفيا."

السيد بيترسون

"لقد كانت تتصرف دوما طبقا لما أريده تماما. حقا، لقد كانت كتلة من العواطف لأنني كنت أعلم أنني سوف أفقد سيطرتي عليها."

وجاءت تلك الحادثة بمثابة خط التقسيم في العائلة. إعتبارا من ذلك اليوم فصاعداً، كان السيد بيترسون يخشى أن يصارح زوجته بالمتاعب التى تواجه إبنتهما – فهو من ناحية لم يرد أن يضايقها، ومن الناحية الأخرى كان يخشى التغييرات العائلية التى قد تترتب على ذلك.

وفي اليوم التالي الذي عاد فيه السيد بيترسون من عمله قبل انتهاء وقت الدوام، شاهد سيارة غريبة في مرآبه (الجراج). ولم يشغل هذا الأمر باله كثيرا. وعندما دخل المنزل، وجد إبنته في السرير مع أحد الرجال. "هذا الصبي محرض Pusher ومن الواضح أنها كانت تحصل منه على المخدرات. كنت على وشك أن أغرس فيه سكينا. ولم أصارح زوجتي بأي شئ عن هذا الموضوع. فلم أكن أريد لها أن تعرف أي شئ عن هذا الموضوع. كما أبلغت آن Anne أني لن أخبر أمها بما شاهدت. فقد كنت أحسب أمها. شديدة الإنفعال وكثيرة الجدل. لأنهما كانتا دوما تتجادلان جيئة وذهابا."

بعض الآباء يخفون بعض الأشياء عن بعضهم بعضا على أمل حماية الطفل. مثل الأم التى شمت رائحة الكحول تنبعث من فم ولدها عندما عاد من المدرسة وأبلغته أن من الأفضل له أن يفرش أسنانه ويتغرغر قبل أن يعود والده إلى المنزل.

التحفيز المقصود يكون القصد منه في أغلب الأحيان، حماية الزوج – مثل الأم التى تقول انها لن تبلغ الوالد بما حدث، هذه المرة، لأنه يمر حاليا بوقت عصيب في عمله وليس من العدل أن نضايقه بهذه المشكله. ولكن

الوالد الذي يخفي سلوك تعاطي المخدرات عن الوالد الآخر إنما يعطي رسالة "الموافقة" نفسها، شأنه في ذلك شأن الوالد الذي يقول : نعم لتدخين الماريوانا في المنزل. إن مكافحة تعاطي المخدرات وسلوك المخدرات يتطلب أن تكون جبهة الوالدين موحدة. قيام أحد الوالدين بإخفاء السلوك عن الوالد الآخر، سواء كان ذلك الإخفاء باسم السلامة أو الحماية، هو شكل من أشكال التمكين.

ترى، لماذا يخفي أحد الوالدين عن الآخر شيئا ما؟ السبب في ذلك أن الوالد الذي يوافق على إخفاء شئ عن الوالد الآخر يحمي نفسه، او تحمي نفسها، من نعتها بأنها ضالعة في التآمر على تعاطي ولدها المخدرات. إنه ينضم إلى فريق المخدرات ويلعب دورا مناقضا لدور الوالد الآخر. قد تحس أن الأمر على مايرام لأنك في مثل هذه الظروف تكون أقرب الناس إلى ولدك وهو يعاني المتاعب والمشكلات. ومع ذلك، فإن مشاركتك في الطريق الخاطئ سوف تسفر حتما عن منطقة قتل خطيرة في النهاية.

قبول اللوم

يفضل الآباء لوم أنفسهم وعدم لوم أبنائهم على تعاطي المخدرات. ومن الطبيعي أن يكون هناك مشجب تعلق عليه المخدرات. فالوالدان العاملان، والوالدان المطلقان، والوالدان صاحبي الدخل المنخفض، وكذلك الوالدان صاحبي الدخل المرتفع، كل هؤلاء يمكن أن ينظروا إلى تعاطي إبنهم للمخدرات ويقولون: "الخطأ خطئى. لو لم يكن كلانا مصر على حياته العمليه ... لو استطعنا الحفاظ على استمرار زواجنا ... لو هيأنا ابننا لمزيد من الفرص... لو توقفنا عن إعطائه المزيد من ...". الإبن المراهق المدمن مغرم بكل هذه الألاعيب. لأنه بذلك تتوفر له كل الأعذار التى تجعله يفعل أي شئ يريده. وأنت بوصفك والدا، سوف تقوم بشراء التذكرة، وتستطيع أن تراهن على أنه سوف يشارك في اللعبه ويكسبها.

حسن، أصغ إلى ما أقول

بغض النظر عن كراهية الطلاق، وبغض النظر عن قسوة العجز التعليمي، وبغض النظر ايضا عن مدى تضخم أمراض الطفوله، بغض النظر عن كل ذلك، هناك أبناء آخرين يعانون المشكلات نفسها ولكنهم لايتعاطون المخدرات.

الأبناء الذين من هذا القبيل يتعاملون مع مشكلاتهم بوسائل أكثر إيجابية وبنائية.

كل هذه الخطط التى تهدف إلى قبول اللوم والتسليم لاتزيد عن كونها شكل من أشكال التمكين. فكلما أطلت النظر إلى نفسك بوصفك المجرم، قلَّ الوقت المتيسر الذي يمكن خلاله إيقاف المجرم الحقيقي، متعاطي المخدرات. المخدرات التى تدمر ولدك. هذه هي المشكلة المُلِحَّه. من المؤكد، أن الأسرة قد تحتوي على الكثير من السلبيات – نتيجة الطلاق، أو عمل الوالدين، أو أي شئ آخر. ولكن الهم العاجل هو تعاطي المخدرات **وطريقة ايقاف هذا التعاطي**. اللوم لن يحل المشكله. وكلما طال قبولك للوم والتسليم به، زاد أيضا تحرر ولدك المدمن واستمر تعاطيه للمخدرات. وقبل كل شئ لقد أعطيته إشارة مفادها أن تعاطي المخدرات لم يكن خطأه هو. وإنما هو خطؤك أنت. أو بمعنى آخر، إن تعاطي المخدرات أصبح واقعة مؤكدة. موقف مؤكد. وهنا يمكن لنا أن نقول: إن اللوم تمكين.

تثبيت السلوك

الوالد الذي ينتحل الأعذار لأفراد الشرطة، أو الذي يدون الأعذار نيابة عن الطفل الذي يتسرب من المدرسة، أو الذي يسمح للطفل المحروق* بالبقاء في المنزل زعما أنه مريض، الوالد الذي يفعل ذلك يعمل على تثبيت سلوك المراهق المدمن ورسوخه.

عادت كاثي إلى منزلها ليلة إثر إخرى وهي تتقئ كل ما في جوفها. وكانت أمها توافق مع مطلع كل صباح على عدم ذهابها إلى المدرسه لحين التغلب على ذلك "الفيروس".

وكانت كاثي، تسترد عافيتها، بصورة أو بأخرى، بعد ظهر ذلك اليوم، وفي التوقيت نفسه حتى يتسنى لها الخروج من المنزل طلبا للإنبساط مع أصدقائها. وعند منتصف الليل تبدأ كاثي من جديد في تقئ كل ما في جوفها. والأم عندما سمحت لابنتها بالبقاء في المنزل والنوم إلى أن تفيق من تأثير المخدرات، تكون قد مكنتها من تعاطي المزيد من المخدرات. لقد كانت ترتاح طول اليوم وتثمل وتنبسط طول الليل. وأمها لم تكن تفعل شيئا سوى تثبيت ذلك السلوك حتى يتسنى لهذه الإبنة تكرار النموذج نفسه مرة بعد أخرى. لقد كان من السهل حقيقة البقاء تحت تأثير المخدر في ظل مساعدة الأم للإبنة على ذلك.

* المحروق: تعني في مصطلحات تعاطي المخدرات، تلك الحالة النفسية والبدنية التى ينزل متعاطى المخدرات خلالها من حالة الإنسجام والسكر إلى الإحساس بالضياع والإنجراف. (المترجم).

التثبيت يمكن تقسيمه إلى ثلاثة أنواع: (١) تثبيت الموقف، كما هو الحال بالنسبة للوالدين اللذين ينتقلان إلى مدارس مختلفة، وأحياء مختلفة، بل وحتى ولايات مختلفة إستهدافا لتغيير "البيئة السيئة" المحيطة بالطفل. (٢) تثبيت السلوك، كما هو الحال بالنسبة للوالد الذي يشتري حصانا لإبنه، أو دراجة، أو لوحا لركوب الموج، ليوجه سلوك الطفل بذلك إلى المزيد من الأعمال البناءة.

الوالدان هنا يحاولان استبدال السلوك السيئ الناتج عن تعاطي المخدرات بسلوك جيد آخر. (٣) تثبيت النتائج، مثل الوالد الذي يدفع للجار الذي سطى عليه ولده أو الذي يستأجر محاميا كبيرا لدرء التهمة الجنائيه عن ولده.

التعاهد

المعاهدة، اتفاق من جانبين. وإبرامها يتطلب التفاوض بين طرفيها للتخلص من شئ ما عن طريق البيع – وطرفا المعاهدة، في مثل هذه الحالة، هما الوالد والطفل. ويحدث هذا النوع من التمكين عندما يتحالف أحد الوالدين أو كلاهما مع الإبن المراهق المدمن على أن يسمح الوالد لولده بتعاطي المخدرات لأن ولده من حقه أن يستعملها بشكل أو بآخر. وعلى سبيل المثال، فإن العجز التعليمي أو العجز البدني، أو التجربه السيئة التى يمر الطفل بها مع والد مخمور أو جد مخمور أو حتى مع قرين من أقرانه الذين يزورونه، كل هذه الأمور قد تكون أسبابا داعية لإبرام شكل من أشكال التحالف أو التعاهد. "جوني المسكين، إنه يحس بالإمتعاض وليس على مايرام، إنه بحاجة إلى قدر أكبر من الحريه."

أبرم والدي سارة اتفاقا معها لأن وزنها كان زائدا عن الحد. كانت تعاني المتاعب في المدرسة من حين لآخر. كانت سارة تتشاجر دوما مع اشقائها وشقيقاتها. ولكن والداها كانا يلومانها لاستهتارها بذاتها. "لو أن سارة لم تكن زائدة الوزن لما مرت بهذه المتاعب كلها. " من هنا فإن الوالدين كانا ينظران في اتجاه آخر عندما تورطت سارة تورطا خطيرا في تعاطي المخدرات. لقد إزدادت مشكلات المدرسة والمشكلات العائلية تفاقما في الوقت الذي كان الوالدان يظنان فيه أن مشكلات السمنة هي الأساس. ومع دخول الصيف، قرر والدا ساره أن بقية الأسرة يمكن أن تستغني عن الإجازه الصيفية في ذلك العام. وبدلا من القيام بالأجازه الصيفيه، أنفق الوالدان مبلغ السبعمائة دولار الذي إدخراه على إحدى مزارع تخفيف السمنه بدلا من الذهاب إلى الشاطئ. ظن الوالدان، أن ذلك هو الأجدى، فإذا ما نقص وزن

ساره وبدأت تحس بالرضا عن نفسها فإن كل مشكلاتها كلها سوف تختفي. وراحت ساره تثمل وتتبسط في معسكر انقاص الوزن، كما سرقت سيارة المشرف على المعسكر وحطمتها. إن المعاهدة التى ارتضى الوالدان الدخول فيها مع ابنتهما سمحت لها بالاستمرار في تعاطي المخدرات "بمباركة" من الوالدين.

الأمر ليس بجديد

الوالد الذي ينظر إلى أبنائه الذين يتعاطون المخدرات والمشروبات الروحية ويقارن ما يفعلونه بتجارب نموه الخاصة إنما يخدع نفسه: الوالد الذي يتذكر ضاحكا المرة الأولى التى جرب التدخين فيها، التى دخن فيها علبة كاملة من السجائر، وأصابه الإعياء إثر ذلك، الأمر الذي جعله لايكرر ذلك مطلقا، أو ذلك الأب الذي يسترجع ذكرى تلك المرة التى اشترى فيها هو واصدقاءه علبه تحتوي على ستة سجائر بعد مباراة من مباريات كرة القدم، ولايذكر أن كانوا قد عادوا أو لم يعودوا إلى المنزل بعد التدخين. إن الغليون (الماريوانا) والمشروبات الروحيه التى يتعاطاها الأبناء بصورة منتظمة هذه الأيام، في المدارس لايمكن مقارنتها باختلاس تدخين سيجارة خلف صالة الألعاب المغطاه، الذي كان الأباء يفعلونه يوم أن كانوا تلاميذا في المدارس.

الأباء الذين لايعولون على تعاطى أبنائهم المخدرات من منطلق أن الطفل سوف يتوقف عن ذلك التعاطي عندما يكتمل نموه، مسئولون عن ارتكاب شكل من أشكال الإيقاظ الوقح. والوالد الذي يخدع نفسه ظانا أن تجربة إبنته للمخدرات ليس بالأمر الجديد، لابد أن يتوقع وصول أخبار سيئة إليه في يوم ما.

وإذا كنا نحسب أن الغليون (الماريوانا) وتعاطي المشروبات الروحيه هما مجرد شيئين صغيرين من الأشياء الصغيره التى يفعلها الأبناء طوال فترة النمو في أيامنا هذه، فذلك يعني أننا نقول نعم لتعاطى أبنائنا المخدرات والمشروبات الروحية.

عدم اعترافنا بالخطر الحقيقي لكل من المخدرات والمشروبات الروحيه، والسماح لأطفالنا بأن يظنوا أننا نعد المخدرات جزءا من تجربة النمو هو شكل من أشكال التمكين.

اهتمام وسائل الإتصال بالجماهير مؤخرا بتعاطي كلا من الماريوانا والكوكائين جعل المخدرات تبدو وكأنها أمـرًا معتادًا. والسبب في ذلك هو الجماعات المعادية لتعاطي المخدرات والجماعات المؤيدة لتعاطيها. الواقع أن

مستوى الوعي في موضوع تعاطي المخدرات ارتفع إلى حد أصبح الناس يسلمون عنده بتعاطي المخدرات على أنه جزء لايتجزأ من المجتمع الأمريكي وبخاصة فيما يتصل بموضوع المراهقه.

الأمر ليس سيئا إلى هذا الحد

إذا كنت قد تعاهدت مع ولدك على أن يتعاطى الماريوانا طالما أنه لايتعاطى المخدرات "الضارة"، فذلك شكل من أشكال التمكين أيضا. وإذا ما اتفقت مع ولدك قائلا: "إذا كنت ستتعاطى المخدرات فيجب ألا تتعاطاها، على أقل تقدير، في المدرسة أو في السيارة التى يمكن إلقاء القبض عليك فيها، وإنما تعاطاها في المنزل حيث يمكننى أن اشرف على الأمر برمته." فهذا نوع آخر من أنواع التمكين. الأب الذي يدخل في هذه النوعية من نوعيات التمكين يقول نعم فى أحلى معانيها لتعاطي المخدرات.

الأبناء الذين يوافقون على الوقوف عند حدود معينه لايستطيعون الوفاء بما تعاهدوا عليه. استسلام أجساد هؤلاء الأطفال لتأثير المخدرات وضعف عوامل السيطرة الداخليه لديهم يعني أن الطفل سوف لايوفى بهذا الاتفاق حتما. ومن هنا يثمل الطفل وينبسط داخل منزله بمباركه منا وخارج المنزل في ضوء عمانا ومن وراء ظهورنا.

استرجعت إحدى الأمهات ذكراها عن مدى خوفها من أن تفقد الحميمية والقرب الذي يربطها بابنتها. لقد كانتا تلهوان سويا، وتتسوقان سويا، وتعملان في المنزل سويا، وتنفذا المشاريع سويا. وعندما أحست الأم أن ابنتها بدأت تفلت منها، استماتت الأم في التعلق بهذه الرابطه والإبقاء عليها. لقد بلغت هذه الاستماته حد موافقة الأم على تدخين الغليون (الماريوانا) مع ابنتها مرة واحدة، حفاظا على هذه العلاقة. فقد جلستا في غرفة الإبنه تدخنان الماريوانا. هل هناك ما يدعو إلى التعجب والدهشه إذا ما قالت الإبنة لإصدقائها: كيف كانت أمها على درجة عاليه من "البرود"؟ لقد علقت هذه الحادثه في ذهن الإبنه على أنها موافقة صريحه من أمها لها على تعاطي المخدرات. ولم تعي الأم ما حدث لها عندما أدخلوها إلى غرفة من غرف الطوارئ في إحدى المستشفيات بعد أن تعاطت إبنتها جرعة زائدة عن الحد من المخدرات.

التحالف الوقائي

في بعض الأحيان، قد يتحالف الوالدان، مع ابن من أبنائهما في مواجهة بعض أعضاء الأسرة الآخرين فنجد الوالد الذي يقول: "أنت مثلي،

نحن كلينا من نوع واحد. أنا أفهمك"، أو ذلك الوالد الذي يقول: "لقد كنت دائما أتعرض للمتاعب عندما كنت في مثل سنك.

إن أمك لاتفهمك ولكنى أنا الذي أفهمك." هذا الشكل أو النوع من أنواع الأخوّة هو شكل من أشكال السعي إلى المتاعب. إذ يفاجئ الطفل نفسه في مثل هذا الموقف قائلا: "إذن سوف أتعاطى المخدرات لأن والدتي ستقدر موقفي أو لأن والدي سيقدر موقفي لقد قالا إنهما مثلي تماما عندما كانا في سني." إن الوالد الذي لايدخل ضمن هذه الإخوة، الوالد الذي يحاول وقف تعاطي المخدرات وسلوك المخدرات يتحول إلى عدوه وهذا الموقف يوجد موقفا عائليا يتسم بالإنقسامية والتمكين.

التطلع إلى حياة أفضل

يقر الآباء أن أهم ما يتطلعون إليه هو أن يحيا أبناءهم حياة سعيدة. والذي يفعله الآباء باسم الحياة السعيدة لايعدو أن يكون شكلا من أشكال التمكين. فالآباء يعطون أبنائهم ممتلكاتهم المادية كلها ويهيئون لهم الفرص التى لم تتهيأ لهم هم أنفسهم. فالآباء يودون لأبنائهم أن يقضوا وقتا طيبا. وهم يقولون: "إن الحياة شاقه بالشكل التى هي عليه الآن. العالم الذي يتربى فيه أبناءنا اليوم عالم خشن جاف." الآباء يجعلون من المراهقة فترة طويلة من اللعب بالنسبة لأبنائهم فهم يقولون: "إنهم سرعان ما سيواجهون أوقاتا عصيبه. ولعلنا نسمح لهم بالتمتع في الوقت الذي يسمح لهم بذلك."

وبهذه الطريقه، ينتهى الآباء بالإسهام في تعاطي إبنهم المخدرات. إنهم يمكنون أطفالهم من المخدرات عندما يروحون يبتسمون لهم طوال فترة المراهقة. ولكن المخدرات يجب ألا ترتبط بأية علاقه بالبنوه أو المرح. كما أن مسألة التصريح للأبناء بالمرح كلما تهيأ لهم، بحجة أن الحياة جافة وخشنة، تشبه مسألة التصريح للأبناء بتعاطي المخدرات. البلوغ، المسئولية، الأوقات العصبيه؛ كل هذه الأمور لم تأت بعد، فلماذا ينشدون كل أشكال التحول والإنبساط التى يستطيعونها اليوم – تلك هي الرسالة التى يرسلها الآباء للأبناء عندما يمكنونهم من ذلك الذي يسمونه "الحياة السعيدة".

تعاطي المخدرات يسفر عن الأنانيه. الحاجة إلى الثمول والانبساط، الحاجة إلى الشعور بالرضا، هاتان الحاجتان تحجبان المشاعر والمسئوليات الأخرى كلها في حياة الإبن المراهق المدمن. والطفل عندما يصبح أنانيا يبدأ في خداع والديه وفي ارتكاب الدنايا. والإبن المراهق المدمن يشجع والديه على التغلغل في دائرة التمكين لأن التمكين أصبح متأصلا في اهتمامه هو بنفسه. وكلما زادت فترة التمكين زاد تعاطي إبنهما المخدرات.

والإبن المراهق المدمن يعرف متى يكذب، ومتى يُظْهِرُ الغضب، ومتى يجعلنا نحس بالذنب جراء تشددنا، يعرف متى يجعلنا نحس أننا من طراز قديم وبعيدين عما يحدث، أنه يعرف أيضا متى يقول لنا ما نريد أن نسمع ومتى يصيح. وما ان تبدأ دموع الابن تنساب على خديه حتى يذوب لها الوالدان. وهما يظلمان نفسيهما محاولين تمكين إبنهما فيقولان: "أيتها الطفله المسكينه، لقد ارتكبت خطأ صغيرا. أنظر مدى الأذى الذي أصابها. لقد وعت الدرس الذي تعلمته. لن تفعل ذلك الذي أخطأت فيه مرة ثانيه." الوالدان هنا ينظفان الموقف ويقولان لإبنتهما كم هي فتاة جيدة، ويعربان عن مدى حبهما لها وانهما سوف يرعيانها ويقومان على أمرها. وتبدأ الإبنة في التفكير في الثمول والانبساط قبل أن تجف دموعها.

الآباء يجب أن يتعلموا من هذا النوع من الخبرات والتجارب. البعض هو الذي يتعلم . ففي المرة القادمة قد لاتنجح الدموع مثلما نجحت في المرة الأولى. الطفل المراهق المدمن يعي ذلك، ولذلك فهو يضيف إلى الطعم شيئا من الأحضان. وهنا ينجح الطفل هذه المرة ويبتلع الوالدان الطعم. وقبل أن يفهم الوالدان طبيعة ماحدث يكونا قد وقعا في التمكين مرة أخرى. فهم يثبتون السلوك، ويساندون الطفل ويبعدون عنه الآلام.

ولكن الوالدين يتزايد إرهاقهما مع وقوع كل حادث من الأحداث. وعليه، عندما تفشل الدموع والأحضان في تحقيق المطلوب يلجأ الإبن المراهق المدمن الى قطع الوعود الزائفة على نفسه. "أماه، لن أفعل ذلك مطلقا مرة ثانيه. هذا وعد مني. وأنا آسف على ما سببته لك من أذى. أماه، أنا أحبك، أنا أحبك بحق يا أماه." من هم الآباء الذين لن ينطلي عليهم ذلك؟ إن ذلك النوع من الكلام هو ما يود الآباء سماعه. هذه النوعية من الكلام هي التى تتكون منها أفلام والت ديزني. ومن المؤكد، بل ومن المؤكد تماما، أن الوالدين يدخلان في دائرة التمكين من جديد.

والمحزن في كل هذا الأمر هو أنه كلما زاد عطاء الوالدين، زادت مساعدتهما للمدمن وزاد انتهازه للموقف فضلا عن زيادة غشه وخداعه. وهنا نعود من جديد إلى دائرة الإدامه الذاتيه Self-Perpetuating . الآباء الذين يحاولون بحق وحقيقة مساعدة أطفالهم ينهزمون من أبنائهم مرارا. الأبناء لايقدرون الجهود التى يبذلها الآباء لمساعدتهم، وانما يتوقعونها في نهاية الأمر بل إنهم يسخرون منها فيما بعد – قائلين: "أنت تشغل نفسك كثيرا بمسألة المدرسة. أنت تمضى في سبيل تقويمها. أنا لن أعود إليها إلا إذا استحمرتهم وتناقشت مع هؤلاء المدرسين، الكلاب."

وتتجلى الدنيَّة والأنانية والغش بشكل واضح في الإساءة إلى الوالدين. فكلما زادت محاولة حب الوالدين للأبناء المراهقين المدمنين، وكلما زادت رعايتهما لهم وعنايتهما بهم زاد خذلان الأبناء للوالدين. ويزداد أيضا شعور الوالدين بالهزيمة اكثر فأكثر. وفشل الوالدين في القيام بدور الآباء؛ يستوى تماما مع سماحهم لولدهم بالسقوط. كما يستوى أيضا مع ذلك الذي كان يتعين عليهم فعله منعا لكل ما حدث. ويصاب الوالدين بالأذى. ويغضبا. ويشعران بالكراهية، وأنهما لا حول لهما ولا قوة.

يحدث كل هذا للوالدين لأنهما مكنا أبنائهما من المخدرات. لأنهما أحبا أبنائهما واهتما بهم. لأنهما ظنا أنهما يساعدانهم.

التمكين خطير بغض النظر عن الطريق أو الأسباب التى تدفع الوالدين إليه. إن عدم تدخلك عندما يحضر إبنك إلى المنزل أصدقاءاً له أنت لا ترضى عنهم، يعد أمرا خطيرا. تخليص ابنك من المتاعب والمشقات عندما يقع في قبضة الشرطه أمر خطير أيضا.

"فهمك لإبنك من منظور أنك كنت من أصحاب المغامرات في طفولتك أمر خطير أيضا. عدم توحد الوالدين، وكذب كل منهما على الآخر، استهدافا لحماية الطفل أمر تحيط به أخطار كثيره. التفاوض مع المدرسة لإعطاء ولدك فرصة أخرى يدخل في إطار المسائل المحفوفة بالمخاطر أيضا. تعاطيك أنت المخدرات أو المشروبات الروحية، على أمل ألا تصل الرسالة إلى طفلك، يعد أمرا أكثر من خطير. إنه يدخل في عداد الإجرام.

وسواء كنت تمكن إبنك من تعاطي المخدارت عن طريق احتياجاتك الكيماوية الخاصة، أو دفعه إلى الإعتقاد أن الكيماويات (المخدرات أو المشروبات الروحيه) تجعلك تحس بالارتياح وأنك على مايرام... أو عن طريق تمكينه من المخدرات يرفع كل النتائج السلبية التى تترتب على تعاطيه المخدرات ... أو إذا كان التمكين صادرا عن حبك له ورعايتك إياه، أو عن طريق الجهل وسوء الفهم... إن كل ذلك يظل بمثابة دعوة متأصلة لخلق المتاعب. فلا تحشو البندقية بالرصاص وتسلمها لولدك.

قائمة التمكين الأبوي

١- هل تتجاهل السلوك المشاغب في ولدك؟ هل هناك أشياء تتغير في سلوكه ومظهره، وحالته النفسية، وتحس أنت نفسك إزاءها بالقلق، مع أنها لم "تتفاقم" بعد؟

٢- هل تنتحل الأعذار لولدك أمام زوجتك، وأمام المدرسين، أو أمام بقية أعضاء الأسرة؟ هل تتغاضى عن سلوك ولدك باعتبار ذلك مشكله من مشكلات التعلم، عرض من أعراض المراهقه، أو رد فعل غاضب للطلاق، أو عرض لأية مشكلة بدنيه او نفسيه أخرى؟

٣- هل تخفي بعض الأشياء عن زوجتك؟ هل تتآمر مع ولدك منعا لغضب الوالد الآخر وارساء القانون والعمل به؟

٤- هل تسلم بالحقيقه التى مفادها أن "جميع الأبناء" يتعاطون القليل من الماريوانا ويشربون القليل أيضا من المشروبات الروحيه في منازلهم؟

٥- هل أنت مقتنع بعدم خطورة المشكلة؟ وهل تظن أن ذلك ربما يكون شكلا من أشكال الشرب الإجتماعي الذي يأتيه الأبناء؟

٦- هل توافق على الحقيقه التى مفادها أن جميع الأبناء يتعين عليهم أن ينغمسوا في ملذات الشباب، وأن هذا الإنغماس يشتمل على شرب القليل من المشروبات الروحية وتدخين القليل من الماريوانا؟ وهل أفصحت عن موافقتك على ذلك عن طريق رواية بعض القصص التى استقيتها من شبابك عن الإنغماس في ملذات الشباب؟

٧- هل تحاول السيطرة على تعاطي ولدك المخدرات بالسماح له بالتدخين، الشرب، وتدخين الماريوانا، وحيازة الأدوات المستعمله في تعاطي المخدرات، أو تربية النباتات المخدرة في المنزل؟

٨- هل يتعين عليك تناول كاس أو اثنتين في نهاية اليوم طلبا للإسترخاء؟ وهل تعد المشروبات الروحية جزءا أساسيا من حياتك اليوميه أنت وزوجتك؟

٩- عندما يتسرب الشك إلى نفسك عن سلوك ولدك أو انتحاله الأعذار، هل تصر على معرفة الحقيقة أو تتغافل عن الموضوع خوفا مما يمكن أن تتوصل إليه؟ وهل تعد ولدك مسئولا عن تصرفاته الخاصة، أم أنك تحاول تجميل الأمر وتحمي ولدك؟

١٠- هل خلَّصت ولدك من متاعبه في المدرسه أو في مركز الشرطه؟

الفصل الخامس

التمكين المجتمعي

"المصمصة، مصمصه، أزيز، أزيز"

المجتمع الأمريكي واحد من المجتمعات التى تتأثر بالرسائل التى تصدر عن وسائل الاتصال بالجماهير. الإذاعة، التليفزيون، السينما، الموسيقى، المجلات، لوحات الاعلانات، كل هذه الوسائل تردد على مسامعنا أننا ينبغى أن نظل شبابا، وأن نتمسك بطبيعتنا وأن نكون على مايرام. هذا هو أسلوب الحياه الأمريكيه.

والمراهقون يتعين عليهم أن يستوعبوا تلك الرسائل ويربطونها بالرسائل والمطالب، والتوقعات والعروض المتفجره التى تصادفهم في بيوتهم. إكبر، تحمّل المسئوليه. كن لبقاً. إلتحق بالجامعة. تَمعَّن فيما يحيط بك. إبحث لنفسك عن عمل. نظِّف مكان إقامتك. نَمْ مبكرًا. تَفَوَّق في دراستك. إنتق أصدقاؤك. إعمل بجد. لاتكُن طفلاً في تصرفاتك. تَصَرَّف تصرفات الكبار. إبتعد عن تصرفات الأطفال. لاتجعل تصرفاتك أكبر من سنك. تصرف وفق العصر الذى تعيش فيه. ألا يشعر الأبناء بالإرتباك إزاء كل هذه الأوامر والمطالب والتوقعات؟

هؤلاء المراهقين كانوا في يوم من الأيام أطفالا على وشك أن يبدءوا السير على أقدامهم، ثم بعد ذلك يصطدمون بالأشياء، ثم تكبر أجسامهم ثم يتحتم عليهم فجأه بعد ذلك أن يكونوا باردين. يصبح من المفروض على هؤلاء المراهقين أن يلعبوا دور المهاجم أفضل من أى لاعب آخر. يصبح من المفروض على هؤلاء المراهقين أن يرتدوا آخر صيحات ملابس الجينز التى يشتهرون بها. مفروض على هؤلاء المراهقين أن يستعملوا معجون الأسنان الذي يزيدهم جاذبية وسحرا. مفروض على هؤلاء المراهقين أن يشربوا البيرة التى يشربها الأبطال الرياضيين. ومطلوب من هؤلاء المراهقين، قبل كل هذا وذاك، أن يحسوا بالرضا والارتياح في كل حين.

ردود الأفعال عند الأبناء أقوى من الأفعال ذاتها. والأبناء يتعلمون الكثير مما يشاهدونه أكثر مما يسمعونه. نحن نقول لهم: "لاتتعاطوا المسكرات" "لاتتعاطوا المخدرات". والواقع أن ما يشاهدونه هو أن الكبار يشعرون بالإنبساط عندما يشربون المشروبات الروحيه ويتعاطون المخدرات. الكبار يشربون احتفاءا بما يحققونه من نجاح. الكبار يشربون تعويضا للفشل الذى يصيبهم. الكبار يشربون نخب أصدقائهم. انهم يشربون نخب سعادتنا. إنهم يشربون نخب الحياة الطيبه. الكبار يتعاطون الحبوب للتخلص من الصداع، لوقف رشح الأنف، يتعاطون الأقراص طلبا لانقاص الوزن، ويتعاطونها أيضا جلبا للنوم، كما يتعاطونها منعا للنوم. "مصمصة، مصمصه، أزيز، أزيز، يالها من راحة". إن مجتمعنا يقوم على علاج نفسه بنفسه. وهنا نجد الصغار يقلدون الكبار.

وترتيبا على ما تقدم، قد لا نحس بالارتياح والرضا على طول الخط، ولكننا قد لانحس بالضيق على أقل تقدير. الإحساس بالضيق شئ غير طبيعي. ونحن عندما نزور طبيبا على سبيل المثال، لانتطلع إلى التحسن بقدر ما نتطلع إلى الشعور بالرضا والارتياح. إن الأمر يكون على مايرام إذا ما استمرت الإصابة بالإنفلونزا أياما تعد على أصابع اليد الواحدة، فنحن نتردد على الطبيب فى عجالة ونطلب منه أن يصف لنا شيئا يجعلنا نحس برضا وارتياح أفضل مما نكون عليه. وهنا لايهمنا أن يكون ذلك الشئ قرصا أو حقنة طالما انه سوف يعجل بعودة إحساسنا بالارتياح والرضا إلينا.

أو أن نكون مثل ذلك الرجل الذى نشاهده فى إعلانات التليفزيون، وهو يعود إلى منزله، بعد دوامه اليومى، مترنحا، ورباط عنقه سائبا وغير محكم، وقبعته ليست فى وضعها الصحيح. وشكله غير مهندم. فقد مر بيوم عصيب في مكتبه. ويتجه إلي أين؟.. دولاب الدواء. ومن المؤكد أنه سيعثر فى ذلك الدولاب على شئ يجعله يحس بالرضا والارتياح.

أو إعلان البيرة الذى يصور بعض الصبيه وهم عائدون من ملعب كرة القدم، أو من موقع الإنسان، أو بعض الشبان العائدين من قارب من قوارب القطر. وفجأه نجد هؤلاء الأولاد يمرون خلال باب إحدى الحانات الريفية، ونشاهدهم بعد ذلك وقد جف عرقهم وانزاحت عنهم الأقذار، واختفى عنهم تقطيب جبائنهم، إن قدحاً واحداً من البيرة يحولهم إلى رجال تعلوا الإبتسامة وجوههم.

الإنبساط عند الأمريكيين شكل من أشكال الألعاب الرياضيه. إنه شئ من المرح. هذه الصورة نفسها التى راجت عن المشروبات الروحيه فقط

تَرُوجُ الآن عن المخدرات أيضا. كثير من الكبار يدخنون القليل من الماريوانا بصحبة أصدقائهم من حين لآخر بل إنهم يشمون القليل من الكوكائين كلما رجع أصدقاؤهم قادمين من خارج المدينه. لم تعد الماريوانا ولا الكوكائين يدرجان ضمن الأشياء الخطيرة، ولم يعودا يدرجان أيضا ضمن الانتهاكات القانونية، ولم يعد أحد ينظر إليهما على أنهما يتناقضان مع المعايير والأخلاقيات الاجتماعيه – إنهما يندرجان ضمن الترفيه. بل إن جون لينون، يقول عن الماريوانا إنها "المداعبه غير الضارة".

من هنا تصبح رسالة المجتمع إلى أبنائنا في غاية البساطه: من حقك أن تشعر بالرضا والارتياح. الألم شئ غير طبيعي. تـَعَاطَ شيئا يبعد عنك المشاعر السيئه بسرعة. إنبسط بالقدر الذي يبرز الجانب الرياضى من هذا الإنبساط.

المسكرات: الطقوس الأمريكيه

"الرب، البلد، وبراندى التفاح".

تعد المشروبات الروحيه جزءا من الصورة الأمريكيه شأنها فى ذلك شأن بطاقات الائتمان ولوحات الإعلان.

والمشروبات الروحيه تدخل ضمن الطقوس الأمريكيه الرئيسيه كلها على وجه التقريب فهي تدخل فى إطار ميلاد الأطفال، وفى التخرج، وفى الزواج، والحصول على وظيفه جديدة، وفى الترقى، وفى عيد الميلاد الأربعين، وفى ذكرى الزواج السنويه الخامسة والعشرين، وفى ميلاد الأحفاد،.. الخ. الأمريكيون يستهلكون جالونات من البيرة فى رحلاتهم الخلويه. كما يستعمل الأمريكيون مشروبا المايتيز Maitais فى العطلات التى يقومون بها إلى المناطق الإستوائيه. وفى الصباح الباكر يتعاطى الأمريكيون أنواعا بعينها من المشروبات الروحيه، ويتعاطون النبيذ مع وجباتهم. كما يتعاطى الأمريكيون قليلا من البراندى عند النوم.

والمشروبات الروحيه تتخطى جميع الحدود العرقيه، والإثنيه، والجنسيه فضلا عن جميع الحدود الإقتصاديه أيضا. وينفرد شراب البوز المسكر باعتباره المشروب الرئيسى فى الاجتماعات التى يعقدها الإتحاد باعتبار هذا المشروب هو الصنف الأساسى الذى يقدم فى وجبة (الفطرغد)، الوجبه التى تحل محل الفطور والغداء، يضاف إلى ذلك أن الأمريكى وهو يتمتع بوقت طيب، يصبح تناوله لشئ من المشروبات الروحيه عنصرا أساسيا من عناصر هذا التمتع.

ومع ذلك فإن مشروب البوز الروحى يقتصر كلية على حب المرح. يضاف إلى ذلك ان الأمريكيين ينظرون إلى المشروبات الروحيه بوصفها علاجا لنسيان الآلام والهموم، آلام الجدل والنقاش، آلام الطلاق، أو آلام الوفاه. زد على ذلك، أن المزيد من المشكلات الثانوية تستأهل عندهم شيئا من الشراب أيضا. وماذا عن خسارة الفرق المحليه؟ وماذا عن صياح الرؤساء طوال اليوم؟ وماذا عن الأطفال الذين يغضبوننا طول اليوم؟ وماذا عن التأخر فى المشروعات التى نكلف بها فى أماكن عملنا؟ وماذا عن المشاجرات التى تحدث مع الجيران؟ وماذا عن انفجار إطار من إطارات السيارة؟

هناك اعتقاد مفاده أن الإنسان لن يحظى بوقت طيب إلا بعد أن نحظى بمثل هذه الأوقات فى أحيان كثيرة. كما أن هناك مقولة أيضا تقول: إننا لانكون قد تمتعنا بحق بمناسبة من المناسبات إلا بعد أن نكون قد تناولنا خلالها شيئا من الشراب.

وَيُعْزَي جزء من كل ذلك إلى وسائل الإتصال الجماهيرية التى ترسم للمشروبات الروحيه صورة رومانسية. وحيثما اتجهنا، نجد الإعلانات تطالعنا وتقول لنا اننا سنكون أكثر تأنقا، أكثر جمالا، أكثر شعبيه، أكثر عصريه، وأكثر سعادة إذا ما أمسكنا بكأس الشراب في أيدينا.

هل شاهدت الإعلان التليفزيونى الذى يظهر فيه ثنائى، رجل وامرأة، وهما يجلسان إلى جوار المدفأة. ثم يقول الرجل للمرأة: "أحبك" وهنا يبدو على المرأه الخجل، والدفء وتكاد الدموع تنهمر من عينيها. ويسألها الرجل: "ماذا حدث...ألم تسمعى ذلك من أحد قبلى؟" وترد عليه قائلة: "لم يكن الرجل المناسب Right؟ هل فهمت الرسالة الموجهه هنا من خلال هذا الإعلان؟ إذا كنت ممن يشترون نبيذنا فقد تكون أنت ذلك الرجل المناسب Right .

إعلانات المجلات عن المشروبات الروحية تجعل تناولها يبدو كما لو كان خاصا، جذابا وَيُضْفِى على صاحبه نوعا من الترف. "تمتع بالمصيف مع الرذاذ الأنيق. مشروب السيجرام٧ مع الكوكاكولا، أو مع بيرة الزنجبيل، او مع السفن أب 7-up. هذه المشروبات هى أبهى مشروبات حفلات الصيف وأحلاها. وعليه، إخلطها ببعضها بدقه واجعل من حفلك رذاذًا Splash". هذا الإعلان. صدق أو لاتصدق، واحد من الإعلانات التى تعلن عن هدايا الأطفال: والإعلان عبارة عن قارورة ويسكى صغيرة عليها عقدة أنشوطيه وردية اللون ومكتوب عليها: "إنها فتاه". ما الذى حدث لأولئك المفسدين؟

الإعلان عن البيرة من خلال التليفزيون يطلق على المنتجات التى

من هذا القبيل شعارات مثل: "فكها من عقالها"، "حان وقت الاسترخاء"، "إذا توفر الوقت لديك، فنحن لدينا البيرة"، "شيئا من عطلة نهاية الأسبوع يتخلل الأسبوع"، "لا ترض إلا بالاستمتاع الشديد"، "لقد تحدد هذا اليوم للمرح" خذ هذا الإعلان أيضا "أنت لاتتسكع سوى مرة واحدة فى الحياه". هذه الإعلانات معناها ببساطه مطلقه هو: "انبسط، إمرح، فأنت تستحق كل ذلك".

وماذا عن الإعلان الذى تظهر فيه إمرأة لعوب تطلب رجلا على التليفون وتدعوه إلى الذهاب إليها ليشرب معها زجاجة من الشيرى Sherry؟ "إنه مضبوط فى الأعلى ومضبوط فى الأسفل".

كل هذه الإعلانات يسعد بها شارع ماديسون. فأهل هذا الشارع لايعنيهم إن كنت ستشترى شراب البوز لمناسبه غير المخصص لها، أو لحفل عشاء رسمى، وهم لايكترثون بتناولك الشراب لأغراض اجتماعيه أو طلبا للثمول والإنبساط. إن ما يهم أهل هذا الشارع هو أن تشترى فقط المشروب الروحى. ثم تشربه.

كل هذه الأعمال تضفى على المشروبات الروحيه طابعا رومانسيا فى عيون الأطفال. فهم يشاهدون أبطالهم التليفزيونيين وهم يتعاطون الشراب. خذ مثلا المسلسل الكوميدى "إهرس" Mash الذى يشاهد الأطفال فيه كلا من آلين آلدا ومايك فاريل بعد أن سكرا وانبسطا فى خيمتهما ليتغلبا على التوترات الناجمة عن الحرب. هناك أيضا عشيرة إيونج فى مسلسل "**دالاس**" التى تجتمع أسبوعيا فى غرفة المعيشه لتناول المشروبات الروحية وتجانب أطراف الحديث.

وبعيدا عن عيون الكاميرا، نجد جونى كارسون، ملك الكوميديا الليليه فى أمريكا، قد ألقى القبض عليه لأنه كان يقود سيارته مخموراً.

نجوم السينما أيضا يتعاطون المشروبات الروحيه. ويجب ألا يغيب عنا هنا أن فيلم آرثر الذى مثله دودلى مود كان من أنجح الأفلام التى انتجت فى العام ١٩٦١ الميلادى. لقد كان هذا الفيلم عن سكير، سكير ثرى، كوميديا سكير ثرى. لقد أضحكت هذه الكوميديا الجميع. كما رشح بول نيومان لإحدى جوائز أكاديمية الفنون فى العام ١٩٨٢ تقديرا له على تمثيله دور المحامى مدمن المشروبات الروحيه فى فيلم الحكم. لقد خسر الجائزه ولكنه كسب القضيه. فى العام ١٩٨٣ الميلادى نجد أن فيلم الزمهرير الكبير يدور عن مجموعة من طلبة الجامعة المدمنين الذين يجتمعون فى عطلة نهاية الأسبوع طلبا لتعاطى المشروبات الروحية وتدخين الماريوانا وكان

السبب فى ذلك هو انتحار واحد منهم. هذه الأعمال، على اختلاف أنواعها، تضخم الرسالة التى مفادها أن المشروبات الروحية تعد جزءا طبيبعيا من الحياة الأمريكيه.

رسالة المخدرات

"الطقوس الأمريكية الجديدة"

كانت المشروبات الروحيه إلى عهد قريب جداً شيئا اجتماعيا بينما كانت المخدرات أمرا غير مشروع. كان الناس ينظرون إلى المخدرات باعتبارها من مستلزمات الخرائب ومجتمع "الفن". كما كانت المشروبات الروحيه ترتبط أيضا بمقتنيات غرف المعيشه. أما المخدرات فقد كانت تعنى أولئك الذين تظهر آثار الإبر على أذرعهم. كانت المشروبات الروحيه أشياء ندعو الناس إلى تناولها، شأنها شأن جلسات الحديث. أما الآن قد التقت المشروبات الروحيه المخدرات.

بعض الأغانى تأتى، فى أيامنا هذه، على ذكر المخدرات مثلما تتطرق إلى المشروبات الروحيه. بعض النكات تأتى على ذكر المخدرات والمشروبات الروحيه على شاشة التليفزيون. يضاف إلى ذلك أن كثيرا من مشاهد الأفلام السينمائيه تتناول هذين الأمرين.

إريك كلايتون له أغنية بعنوان "الكوكائين" الأغنيات القصيرة تتحدث عن تعاطى الكوكائين استهدافا للتخلص من الاكتئاب والتوتر.

من المعتقد أن بعض أغانى الخنافس Beatles تشير فى بعض أجزائها إلى المخدر. أغنية الخنافس التى عنوانها "لوسى فى السماء مع الماس" Lucy in the sky with Diamonds، يقال إنها تتحدث عن المخدرات الذى يحمل الإسم إل. إس. د LSD*. والخنافس ينكرون ذلك الاتهام دوما، ومع ذلك ينظر الأبناء إلى هذه الأغنية باعتبارها من أغانى المراهقين المدمنين.

شركة جيفرسون ايربلين، هى الأخرى، سجلت أغنية بعنوان "الأرنب الأبيض"، عن الأقراص التى تجعلنا نبدو أكبر وأصغر مثل "ألِيس فى أرْض العَجَائِب" (إشارة إلى التشوش الذى يصيب من يتعاطون الحمض).

هناك أيضا الأغنية التى سجلتها شركة إيجل بعنوان "الحياه فى الحاره

* **LSD**: الحرف الأول مأخوذ من كلمة **Lucy** والحرف الثانى **S** مأخوذ من كلمة **Sky** أما الحرف الثالث **D** فمأخوذ من كلمة **Diamond**. (المترجم)

السريعه" عن استعمال الكوكائين. أو تلك الإشارة المباشرة جداً إلى المخدرات فى أغنية بوب ديلان بعنوان "لابد لكل إنسان أن يُرْجَم* Stoned".

ويستحيل على مستمع من المستمعين أن يستمع إلى قمة أغانى الروك الثلاثين" دون أن تصدمه الإشارات المباشرة إلى تعاطى المخدرات. والمراهقون يتطلعون إلى نجوم الروك، الذين يتجولون فى سياراتهم الرولزرويس وسياراتهم الليموزين، ويعيشون فى منازل كبيرة، ويمتلكون طائرات خاصة – نفس البشر الذين يؤلفون موسيقى المخدرات والذين يلقى القبض عليهم لحيازة المخدرات وتعاطيها. المراهق يحسد هؤلاء الناس على حياتهم. فنجوم الروك أناس ناجحين، لديهم المال والسلطه ويتعاطون كثيرا من المخدرات. يقول الكثيرون من هؤلاء البشر، إن المخدرات تصنع منهم موسيقيين أفضل ومؤدين أفضل. وعندما ألقى القبض على بول ماكارثى لحيازة المخدرات أبلغ الصحفيين أن من رأيه إضفاء الصبغة القانونيه على الماريوانا.

وتنعكس هذه الصورة، لدى الشخص العاقل، الذى تفاجئه الوفيات المحزنه التى تقع بين نجوم الروك من أمثال جانيس جوبلن، جيمى هندركس، جيم موريسون صاحب أغنية الأبواب، وبراين جونز صاحب أغنية الإحجار المتدحرجه، سيد فيشيوس صاحب أغنية مسدسات الجنس وكذلك جون بيلوشى بطل الكوميديا. ويتعين على الأبناء أن يكونوا قادرين على استيعاب حوادث الأبطال الذين يموتون جراء تعاطى جرعات من المخدرات تزيد بكثير على الجرعات المحددة، وأن يقرنوا الشهرة بمثل هذه النتيجه. الأمر ليس بهذه الصورة الورديه. الواقع أن العكس هو الصحيح تماما. إن الأبناء المراهقين المدمنين يقولون لنا: إن هؤلاء الناس "ماتوا مبسوطين" لقد كانوا يشعرون بالانبساط، ويثملون.

الأبناء المراهقون المدمنون لايدخلون وفيات المخدرات فى عداد المآسى. واليك الأمثله التاليه "كانت جانيز جوبلن تتعاطى كل أنواع المخدرات وجاءت وفاتها شهيره بحق. ولايزال الناس يعبدونها إلى يومنا هذا". لقد مات بوندسكوت Bond Scott وهو من جماعة ايه. سى / دى . سى بالطريقه التى أتمنى أن أموت بها". "لقد مات جيم موريسون مبسوطا وبطريقه باردة". أتمنى أن أموت بالطريقة التى مات بها جيمى هنركس. لقد مات وهو يُحلّق جراء الإنبساط والثمول".

* المرجوم Stoned حالة السكر البالغه جداً الناتجه عن تعاطى الماريوانا. (المترجم)

يرى كثير من الأبناء المراهقين المدمنين أن الإنبساط المطلق هو الذى يميتهم. وليس من الغريب أو الشاذ أن تسمع الأبناء المدمنين وهم يتحدثون عن فنتازيا وفياتهم بسبب المخدرات، سواء كانت هذه الوفاة ناتجه عن تعاطى جرعة زائده عن الحد، أو كما يقولون هم: "إطلاق إشارة السلام ثم الاصطدام بالسيارة المتجهه إليهم".

والأبناء المراهقون المدمنون تصلهم إشارة "تعاطى المخدرات" الموسيقيه عن طريق التسجيلات، والقمصان التائيه ومحطات الإذاعة. المحطات التى تناسب أذواق سوق المراهقين والتى تهيب بهم أن يشيروا صراحة إلى الإنبساط والثمول. محطة موسيقى الروك، فى لوس أنجيلوس، لديها استعراض اسمه "ساعة التدخين" يذاع يوميا عند الساعة الخامسة. وهذا الاستعراض يهدف إلى تعريف الأبناء المراهقين بالطريقة التى ينهوون بها نهارهم. فأنت عندما تكون عائدا من المدرسة إلى منزلك أو عائدا من عملك إلى منزلك أشعلها ثم خذ نفسا عميقا.

ورسائل تعاطى المخدرات لاتقف عند هذا الحد. فقد أصبحت المخدرات هدفا سهلا يستطلق الكوميديانات الضحك عن طريقه. ذلك الضحك المفتعل الذى اعتاد الكوميديانات استطلاقه عن طريق التلاعب بالكلمة الدالة على "الجنس" Sex إنهم الآن يتلاعبون بكلمة المخدرات بالطريقة نفسها. المناجاه الذاتيه التى يقدمها جونى كارسون، فى مستهل برنامجه "تشاهد هذا المساء" تشير على نحو منتظم إلى تعاطى الفرقه لكل من الغليون والكوكائين. والجمهور يضحك بصورة مستمرة، ولذلك تستمر إعادة تدوير النكته، كما هو الحال فى نكات السكارى التى يلقيها إيدمكماهون.

وقد تحول المخرج السينمائى ستيفن سبيلبرج إلى بطل بين المترددين على السينما من المراهقين بفضل افلامه التى من قبيل **الفكين، المناوشات الغريبه للنوع الثالث** وأفلام أخرى يظهر فيها الآباء وهم يتعاطون المخدرات. ثم يذهب الأطفال للنوم كما ينصرف الأب والأم إلى غرفة نومهما حيث يدخنان سويا سيجاره من الماريوانا. لقد أعجب الأبناء هذا الأسلوب.

فى الفيلم الذى عنوانه **تسعه إلى خمسه** نشاهد كلا من ليلى توملن، وجين فوندا، ودولى بارتون يجتمعون بعد الدوام اليومى ويدخنون الغليون. عدد من الفتيات يعد على أصابع اليد الواحدة، من بين كل فتيات المكتب، هن اللائى تحظين بقضاء وقت ممتع.

الفيلم الذى عنوانه **أحلام سعيدة** يتناول حكاية المراهقين الذين يبيعون المخدرات من خلال عربه لبيع الآيس كريم. وفى الفيلم الذى انتجه بيرت رينولدز بعنوان **البدايه من جديد**، نجد شخصا ما يسأل جماعة من الناس فى أحد الأسواق المركزيه إن كان لدى أى منهم شئ من الفاليوم Valium – ويرد عليه كل من فى السوق بأن يروح كل واحد منهم يتحسس مخزونه الخاص من الفاليوم ليأخذ منه قرصا ويعطيه للسائل.

بوديريك Bo Derek رمز الجنس في الثمانينات كانت تدخن الغليون فى الفيلم الذى عنوانه رقم ١٠ . الفيلم الذى انتجه جون كاربنيتر بعنوان **هالوين** يظهر جامى Jami لى كيرتس ورفيقتها المراهقة، ابنة أحد رجال الشرطه وهما تتعاطيان المخدرات طلبا للإنبساط أثناء قيادة السيارة. وقد تحول هذا الفيلم إلى إحساس فريد بين المراهقين المدمنين.

ينظر الأبناء المراهقين المدمنين الى الأبطال الرياضيين عندما يتكلمون عن تعاطى المخدرات من منظور "إنه لاعب كره عظيم. وبالتالى لابد ألا تكون المخدرات على مثل هذا القدر من السوء. هذا الشاب رياضي". وقد تحدث كل من دودجرز بيتشر وستيف هاو عن الأذى الذى أصاب حياته الشخصيه ودمر حياته العمليه جراء تعاطى المخدرات ومع ذلك يتغافل الأبناء المراهقين المدمنين عن تمعن هذه الجزئيه. إنهم لايسمعون سوى ذلك الذى يريدون سماعه وهو: الشخصيات الرياضيه تجمع الكثير من المال، وتحظى بكثير من المرح وتتعاطى المخدرات. لقد حكم على كل من الربّاع ميامى دولفين وميركيورى موريس بالسجن مدة عشرين عاما لكل منهما لاتجارهما فى الكوكائين. لقد باع الأول ماقيمته ١٢٠ الف دولار من الكوكائين لأحد العملاء السريين. كان الإبن المراهق المدمن ينظر إلى ميامى دولفين باعتباره رياضيا، وباعتباره من الناجحين وباعتباره مبسوطا وثملا أيضا.

هناك رساله أخرى أقل وضوحا ولكنها مقنعة بنفس القدر هى: تعاطى المخدرات" فى الإعلان عن المخدرات المصرح بتداولها. هذا الإعلان نجد فيه كل شئ بدءا من : كيف تتهجى الكلمى الدالة على الراحة "Relief" وبطبيعة الحال الراحة Relief قرص، وانتهاء بالإعلان عن أقراص الرجيم (الحميه) الذى تقف فيه ربة بيت جميله وتقول: "عندما أردت انقاص وزنى ذهبت لزيارة الصيدلاني". هل تلاحظ إنها لم تذهب إلى الطبيب، أو إلى اخصائي تغذيه، أو إلى أحد معسكرات التخسيس، ولا إلى فصل من فصول التربيه البدنيه، وانما إلى **الصيدلانى**.

هناك أيضا قرص تقول عنه الاعلانات التجاريه "جالب النوم لمن هم في الثمانينات". ويطرح هذا الاعلان السؤال الذى يقول: "هل تعانى من متاعب في النوم لأنك تصحب معك متاعب عملك إلى السرير؟". أو ذلك المُسَكِّن الذى يحاول أن يجعل الناس يتحملون الدمار الذى قد يحيق بحياواتهم،" إذا ما زادت قوة الزمن إزددنا قوة." أو ذلك الإعلان عن الأقراص المنومة الذى يقول: "تم آمنا مستريحا، نم، نم." إن شارع ماديسون قادر على اقناعك بأن كل مشكله من المشكلات لها قرص من الأقراص، كبسولة لكل مصيبة من المصائب. الرسالة الموجهة هنا إلى الأطفال المراهقين المدمنين هى ببساطه: "المخدرات ركن طبيعى من أركان الحياة الأمريكية".

ابتياع الرسالة

"مؤشرات المخدرات. للبيع"

القانون يسمح بابتياع معدات المخدرات في المدن كلها على وجه التقريب، سواء كانت مدنا رئيسية أو ضواحي في هذه البلاد. وبإمكاننا أيضا ابتياع أوراق لف المخدرات من أصغر الأسواق المركزية فى هذه البلاد أيضا. وبوسعنا أيضا ابتياع مشابك الروشن من محلات آلات التسجيل. وبوسعنا أيضا ابتياع أنابيب الغلايين من محلات بيع الرؤوس. كما أن بوسعنا أيضا ابتياع البخور من محلات المستوردات ومن محلات الهدايا الشرقيه. واذا كانت كل الأدوات المستعمله في الكيف يجيز القانون بيعها فان الأبناء المراهقين المدمنين يقولون: "هذه صفقة كبيرة إنهم لم يصرحوا ببيع الغلايين إلا بعد أن عرفوا أن الماريوانا ليست ضارة بنا إلى هذا الحد".

تصل بعض المحلات، فى كثير من المدن، إلى حد بيع الأقراص. إن حبوب الكافايين وما شابهها من أقراص الكواليودات مسموح بتداولها قانونيا، وبوسع الأطفال الذين فى سن العاشرة أن يتوجهوا إلى المحلات ويشترون كل هذه المواد بما لديهم من نقود ويحلقون إلى آفاق أبعد من تلك التى تصل إليها الطائرة الورقية. محلات أدوات المخدرات وكذلك بعض المحلات الصغيرة الأخرى تبيع بعض القوارير بنية اللون التى تحمل بطاقة معلومات تقول "الإندفاع" أو "غرفة الأقفال"؛ وهذه القوارير تحتوى على نترات الأميل. والأبناء المراهقين المدمنين "يستنشقون" هذه المادة – التى كانت تستعمل يوما ما فى علاج مرضى القلب – طلبا لإنبساط مقداره ستون ثانيه يُحِسُّه المتعاطى كما لو كان طعنة، شأنه شأن السفينه الصاروخيه عند انطلاقها. وهذا المخدر شديد الخطوره على الأطفال الذين يعانون اختلالات طفيفة فى

القلب أو فى ضرباته ... الخ هذا المخدر مميت بل إنه تسبب فى وفاة بعض الأطفال.

ينتحل كثير من الأبناء المراهقين المدمنين أسلوب حياة مدمنى المخدرات قبل أن يبدأو تعاطى المخدرات بفترة طويلة. فهم يتمنطقون بحزام قُفْله عباره عن رسم لورقه نبات القنب الأسيوى (الماريوانا) ويشترونه من محلات بيع المنتجات الجلدية. وهم يطلقون البخور فى غرفهم إذا كانت رائحة المخدرات لاتغطيها كلها. وهم يشترون القمصان التائيه التى تحمل اشارات غن الانبساط والثمول أو الرجم. وهم يستمعون إلى محطات الإذاعة الخاصة بالمدمنين، كما يشترون التسجيلات ويحضرون الحفلات الموسيقية. والأبناء الذين يلعبون هذا الدور ولكنهم لايتعاطون المخدرات يطلق عليهم اسم "المدمنون الجافون" ولكن هذه النوعيه من الأبناء لاتظل فترة طويلة على جفافها. إذ أن أسلوب حياة المراهقين المدمنين سرعان ما يروق لهم ويستهويهم.

وبوسع أى ابن من الأبناء، فى أى سن، أن يتجول خلال مركز من مراكز التسوق ويخرج منه بعد ثلاثين دقيقه، وهو مزود بالمعدات اللازمة للانبساط والثمول. يضاف إلى ذلك أن محل بيع الكتب داخل هذا المركز نفسه ربما يحتوى على عدد من الكتب الخاصة بزراعة نبات القنب الأسيوى (الماريوانا) وعن تعاطى المخدرات أكثر من الكتب التى تتناول أخطار تعاطى المخدرات. والأسواق مطروح فيها الآن العديد من الكتب التى توضح الطريقه التى يمكن بها تحويل الحمام إلى معمل منزلى لإنتاج المخدرات الصناعيه من المواد الكيماويه التى تباع فى المحلات القريبه التى تبيع العقاقير، أو الكيماويات التى تتوفر للأطفال خلال حصص العلوم فى المدرسة. هذا بالإضافة إلى الكتب التى تبوب النباتات الشائعة، والتوابل وكذلك الكيماويات التى يمكن استعمالها فى الثمول والإنبساط.

وأنا أسوق إليك الأمثله، هل تعلم أن الأبناء يجنون بذور عَظَمةِ الصباح ويأكلونها؟ إن هذه البذور عبارة عن مخدر من مخدرات الهلوسة المعتدلة. هلى تعلم أن قشر الموز المجفف يعد وسيلة شهيرة من وسائل الثمول والإنبساط؟ الأبناء يجمعون قشر الموز ويجففونه فى الأفران أو الأفران التى تعمل بالموجات متناهية الصغر، ثم يلفون المسحوق بعد ذلك ويدخنونه مثل السجائر. وحالة الإنبساط والثمول التى تنتج عن ذلك يصفها هؤلاء الأبناء المراهقين المدمنين بـ "الصداع والدوار". والأمر يبدو هنا كما لو كان طريفا، أليس كذلك؟ ومن دولاب التوابل يدخن الأبناء المراهقين

حبوب الخشخاش، الروزمارى*، الأوريجانو** كما يدخنون أوراق شجر الباى Baytree*. الأبناء المراهقين المدمنين يغلون جوز الطيب فى الماء ويشربونه طلبا لشكل معتدل من أشكال الإنبساط والثمول. الأبناء المراهقون المدمنين يدخنون تفل الشاى بعد تجفيفه طلبا للدوار. ومن دولاب العقاقير، يغطى الأبناء المراهقين السجائر بطبقة من معجون الأسنان، ويتركونها تجف ثم يدخنونها بعد ذلك. وهم يزعمون أن ذلك يجعل رؤوسهم تدور. يضاف إلى ذلك أن الأبناء الذين من هذا القبيل يشربون كميات كبيرة من مادة النيكويل Nyquil المصرح ببيعها والتى تجلب النوم نظرا لأن هذه المادة تحتوى على قدر كبير من الكحول. زد على ذلك، أن الأبناء يشمون ورنيش طلاء الأظافر وكذلك مزيل هذا الورنيش طلبا لشئ من الإنبساط السريع. ومن درج الأدوات المكتبيه، يشم الأبناء المراهقون المدمنين مزيل الكتابة. ومن المرآب (الجراج) يشم هؤلاء الأبناء المبيدات الحشريه التى يرشونها على المقدونس المجفف الذى يدخنونه بعد ذلك. لقد أوردت كل هذه المعلومات عن الطرق التى يلجأ إليها الأبناء المراهقون المدمنون من بين "الأشياء الموجوده داخل المنازل" والتى يرد ذكرها فى الكتب التى تباع فى محلات بيع الكتب.

يضاف إلى ذلك أن المحلات التى تعمل طوال الأربع وعشرين ساعة، وهى المكان الآخر الذى يتردد عليه هؤلاء المراهقون، تبيع جزءا كبيرا من الأجهزة التى يستعملها المدمنون. سلسلة محلات ثوثلند Southland، التى تملك أسواق ٧-١١ وتديرها فى كل أنحاء البلاد وقفت موقفا معارضا للمخدرات ومنعت وأوقفت بيع أوراق اللف التى تستعمل فى لف سجائر الماريوانا، فى جميع الفروع التابعة لها. وقد أصدر هذا القرار السيد/جيرى. و. طومسون، رئيس المؤسسة، الذىله سبعة أطفال وجاء القرار صادرا عن والد، وليس عن رجل من رجال الأعمال. وقد كلف منع بيع هذه الأوراق فى هذه المحلات حوالى سبعة ملايين دولار كانت تدخل للمؤسسة على شكل أرباح سنويه – ليست مبيعات وانما أرباح. **سبعة ملايين دولار**. وقد صدر هذا القرار فى العام ١٩٧٩ الميلادى. ووصل اجمالى خسائر هذه المؤسسة حتى الآن إلى حوالى ثلاثين مليون دولار. ومع ذلك صمدت مؤسسة ٧-١١ فى التمسك بقرارها.

---

* نبات أوراقه طيبة الرائحة يدخل فى طهى الطعام. Rosemary (المترجم)

** نبات يدخل أيضا فى طهى الطعام Organo . (المترجم)

ولم يكشف عن هذا الضمير الاجتماعى سوى القليل جداً من المؤسسات. من هنا فإن الكثير من الأبناء المراهقين المدمنين بوسعهم أن يشتروا الكثير من الأجراس، والمقابض، وغلايين الماريوانا، وأوراق اللف على قدر مالديهم من مال، والرساله الموجهة إليهم تقول: "الأدوات المستعمله فى المخدرات جزء طبيعى من الحياة الأمريكيه".

الجدال فى وسائل الاتصال

"المؤيد والمعارض لا أحد"

المراهقون الذين يقرءون الصحف أو يستمعون إلى أخبار المساء قد يصعب عليهم تحديد الرابح فى الجدل الدائر حول تدخين الماريوانا. والسبب فى ذلك، أن كل قصه تنسج حول الأبحاث التى تجرى على الآثار الضارة للماريوانا فى إطار منظومة المخدرات، تقابلها قصه أخرى تتردد بين أفراد الرواق Lobby الذى يستهدف إضفاء الصبغه القانونيه على تعاطى الماريوانا. وفى مواجهة كل قصه من قصص موت الأطفال بسبب تعاطى الماريوانا هناك قصة اخرى عن استعمال الماريوانا فى علاج ضحايا المياه الزرقاء فى العيون واستعمالها مضادا للقئ فى علاج الأعراض الجانبيه التى تنجم عن العلاج الكيماوي. وأنا أسوق لك هنا هذه الحقائق: **الماريوانا لاتستعمل فى علاج المياه الزرقاء ولا فى علاج القئ.** والذى يستعمل بالفعل هو عبارة عن حبوب تصنع من مادة نقيه هى تى. اتش. سى THC (وهى واحدة من بين ما يزيد على أربعمائة مركب كيماوى موجود فى الماريوانا). والماريوانا بحد ذاتها عبارة عن عشب قذر له كثير من الآثار الجانبيه. وعلى أحسن الفروض، فإن المحاولات التى تبذل من أجل تقنين زراعة الماريوانا وبيعها من خلال الصيدليات "لأغراض طبيه" هى محاولات تقوم على الغش والخداع.

وقد تناقل الأبناء المراهقون المدمنين تلك القصص التى تدور عن استفادة مهنة الطب من كل من الماريوانا ومادة الـ تى.اتش.سى THC، والأبناء عندما يتناقلون هذه القصص انما يرمون من وراء ذلك إلى تبرير تعاطى المخدرات تبريرا عقلانيا. "هل تعلمين ياأماه إنها مفيدة لك. إن الأطباء يؤكدون ذلك. إنها لن تؤذيك." أو ذلك الطفل الذى يقول: "أنت تعيش فى عصور الظلام ياأبتاه. إنهم لن يحاولوا إضفاء الصبغة القانونيه على الماريوانا إن كانت ستضرك. إن الناس جميعا، سوف يدخنون الحشيش خلال

عشرين عاما. سيصبح تدخين الحشيش مثل تناول البيرة – انك من طراز قديم تماما."

قصص الغلاف التى تدور فى كبريات مجلات الحوادث، عن الكوكائين والماريوانا تجعل الأبناء المراهقين المدمنين كما لو كانوا جزء "من" الجمهور. معنى ذلك أن هؤلاء الأبناء يعلمون فحوى ومضمون هذه القصص والأمور التى تتناولها..

زد على ذلك، أن المذيع، عندما يحل موعد إذاعة أخبار الساعة الحادية عشرة يقول: "تقول السلطات المعنيه أن نسبة تعاطى الكوكائين وصلت إلى خمسة وعشرين فى المئه." وبطبيعة الحال يستمع الأبناء المدمنون إلى ذلك. وكلما زاد تعاطى الناس المخدرات زاد تبرير الأبناء لتعاطيهم المخدرات.

وقد أكد الباحثون والعاملون فى مجال معالجة المخدرات على امتداد عشر سنوات أن مادة الـ تى. اتش. سى THC التى تستخلص من نبات القنب الأسيوى (الماريوانا) تضر الجهاز التنفسى، القلب، الأجهزة التناسليه فضلا عن إضرارها بالمخ أيضا. وإحدى الدراسات التى أجريت فى إحدى الجامعات فى كاليفورنيا تؤكد أن تدخين سيجاره واحدة من القنب الأسيوى (الماريوانا) تؤدى إلى انسداد الشعب الهوائيه فى أحيان كثيره كما أنها تمهد لحدوث سرطان الرئة أكثر من تدخين علبه كاملة من السجائر. ومع ذلك، فإن الأبناء لايعون هذه القصص ولايلقون لها بالاً، كما لايهتمون بهذه الإحصائيات. وبدلا من ذلك لايدور بخلدهم، سوى تلك القصص التى تروى عن ذلك الاجتماع الذى ينعقد فى إحدى الولايات، كل عام، ويقدم مشروع قانون يطالب فيه باضفاء الصبغة القانونيه على استعمال الماريوانا.

وقد تحولت حيازة الماريوانا أو تعاطيها، فى العديد من المدن والولايات إلى مجرد جنحة وإلى مجرد غرامه متدنيه جداً. والطفل الذى يحوز الماريوانا أو يتعاطاها تفرض عليه غرامة لاتتجاوز الغرامه المروريه. كما أن بوسعه إرسال تلك الغرامه دون أن يدخل من باب المحكمة. ووسائل الاتصال تطالعنا بقصص عن تلك العقوبات المخفضه، التى تجعل الأبناء المراهقين المدمنين يظنون أن استعمال القنب الأسيوى (الماريوانا) لم يعد بعد خروجا على القانون أو على أخلاقيات المجتمع أكثر منها خرقا لإشارات المرور.

من هنا فإن الرسالة التى توجهها وسائل الإتصال إلى هؤلاء الأبناء المراهقين تقول: "بعض الناس يظنون أن المخدرات ليست ضارة جدا لك. بل

إنها قد تكون فى صالحك فى بعض الأحيان." وهذه هى الطريقه التى يستقبلون بها هذه الرسالة.

مخدرات الوصفات الطبيه

"هل تريد الانبساط؟ زر طبيبا"

البشر يترددون على الطبيب طلبا للشفاء بقدر ما يترددون عليه أيضا استهدافا للتحسن. وتأسيسا على ذلك، نجد أن الأطباء قد اعتادوا على إعطاء الوصفات الطبيه أو التصريح بالمخدرات استهدافا لتحسين أحوال البشر الصحيه. ومن السهل جداً على الطبيب أن يصرح للمريض بتعاطى حبوب "لاضرر منها". دواء يرتضيه لمريض كيما نظن أنه يتحسن، بدلا من أن يفسر الطبيب للمريض حالته النفسيه.

من هنا فقد بدأت تظهر فى المجتمع الطبى بعض الكلمات التى يدور من حولها جدل كثير. عندما تقول "أشعر بألم"، فإن الطبيب يعطيك وصفه طبيه من دواء الدارفون أو الكودائين. تقول للطبيب "أنا لاأنام"، فيعطيك وصفه طبيه من الفاليوم، أو مهدئا آخرا. تقول للطبيب "أنا عصبى" فيعطيك وصفه طبيه من الليثيوم.

والأبناء أصبحوا يعرفون هذه الكلمات. استمع إلى ما سأقصه عليك هنا لتتبين كيف يخدع الأبناء المراهقون المدمنين الأطباء طلبا للحصول على الأدوية التى ينبسطون ويثملون بها.

ديف: "قلت للطبيب إننى أشعر دوما بأنى عصبى ومتوتر. وسألنى الطبيب إن كنت قد أصبت، من قبل، بارتفاع ضغط الدم. وأجبته بالإثبات فكتب لى وصفة طبيه من البروتالين."

بول: "حدث كسر فى رجلى وظللت بعد التئام الكسر بفتره طويله أشكو من ألم في مكان الكسر. ووصف لي الطبيب تعاطى الأسبرين في البدايه. وأبلغته أن الأسبرين لم يفدنى، وأنى لا أقوى على تحمل الألم فأعطانى وصفه طبيه من الكودائين."

كارولين: "زرت أحد الإخصائيين النفسيين الذى وجه لى سيلا من الأسئلة عن الدراسة. وصارحته بأنى لا أنام أثناء الليل... ولذلك فأنا لا أركز أثناء الدراسة فى اليوم التالى. وشخص ماعندى على إنه اكتئاب هوسى وصرح لى بوصفه طبيه من الأقراص المنومة."

سو: " أصبت بنزلة برد، وطلبت من الطبيب الدواء الذى أريده. طلبت منه أن يصرح لى بوصفه طبية من الدركسرول. ثم طلبته تليفونيا بعد ذلك، وأبلغته أن الدواء انفرط منى وأصابته الرطوبه مما أدى إلى تلفه. وعليه طلبت منه أن يعطينى وصفه طبيه من دواء البينادريل. وصرح لى الطبيب بتلك الوصفه."

لورى: "فيما يلى بعض المناسبات المتفرقه التى حدثت لى مع هذا الإخصائى النفسى بعينه. قلت له فى البدايه أننى دائما عصبى ولا أستطيع الهدوء وأعطانى وصفه طبيه من الليثيوم." ثم شكوت له بعد ذلك المزيد من المشكلات العصبيه. وأعطانى وصفه طبيه من الثورازين. ثم زعمت له بعد ذلك أننى أعانى من مشكلات فى النوم، فأعطانى لها وصفة من البلاسيديل. وأخيرا زعمت أنى أعانى اضطرابات عنيفه فى الأعصاب، فأعطانى لها وصفه طبية من التيجريتول ثم بعد ذلك وصفة أخرى من الهالول وأخيرا وصفة من الديلانتينز".

توم: "أجريت لى جراحة فى أسنانى ولكن بعد الانتهاء من الجراحة كنت أنبش اللثه قبل أن أدخل غرفة الطبيب لإجراء الكشف علىّ وبذلك كنت أستطيع أن أجعله يصدق مدى الألم الذى أحسه فى اللثه وحصلت منه على وصفه طبيه من الكودائين."

تروى: "ذهبت إلى الطبيب بسبب الربو. وأبلغته أنى أعانى من ضيق شديد فى التنفس، إلى حد أن ذلك يؤلمنى. وفحصنى الطبيب ثم قال "هل الألم هنا؟ "وأجبته بالإثبات رغم انى لم أكن أشعر بأى ألم. وأعطانى الطبيب حقنه من الأدرينالين ووصفه طبيه من المورفين والثيودور." هؤلاء هم الأبناء المراهقين المدمنين، إنهم يعرفون ماذا يقولون للطبيب حتى يحصلوا على المخدر الذى يريدونه.

شيريل: "كنت فى المستشفى بحثا عن المخدرات ورحت افتعل نوبات الغضب كيما يعطونى شيئا مهدئا."

كيرت: "كنت فى برنامج لإعادة تأهيل المدمنين وأبلغت الطبيب أنى لا أنام فأعطانى وصفه طبيه من المسكنات."

كارين: "كنت فى إحدى مراكز تأهيل المدمنين، وأبلغتهم أنى أشعر بالسعادة لحظة واحدة ثم أشرع بعدها بالاكتئاب مباشرة. وأعطونى وصفه طبيه من الليثيوم، قوارير كبيره من هذا الدواء."

والأطباء عندما يتداولون تسليم الأقراص لطالبيها إنما يقدمون معها فلسفة أيضا... فلسفة مفادها أن الشعور بالرضا والاطمئنان أمر عادى، وأن عدم الشعور بهذين الأمرين هو أمر غير عادى. ماهى الرساله غير المباشرة هنا؟ "بعض المخدرات مسموح بها ولا غبار عليها."

المخدرات الذهنيه

"إسمح لطفلك بحرية النمو"

المستشارون، الأطباء النفساويون والإخصائيون النفسيون هم أكثر البشر اتهاما بالتمكين المجدتمعى، وبخاصة أن هؤلاء الناس يقولون أن تدخين غليون القنب الأسيوى (الماريوانا) أمر طبيعى ومعتاد، كما يقولون أيضا أن الأبناء المراهقين المدمنين الذين يجربون تدخين القليل من القنب الأسيوى (الماريوانا) أو أولئك الذين يتعاطون القليل من المشروبات الروحيه إنما يتعرضون لتجارب اجتياز مراحل النمو. وهذا النوع من النصائح "المهنية" يشجع أولياء الأمور على النظر إلى الأمور والآباء ينتحلون الأعذار وهم يمارسون إنكار الآباء.

هؤلاء المهنيون أنفسهم هم أولئك الذين يمكنون لعملية التمكين أن تعمل عملها عن طريق الدفاع عن قله قليله من المبادئ والقواعد من ناحيه وتمكين الإبن المراهق المدمن من فرد جناحيه فى أكبر مساحة ممكنه.

والأبناء المدمنون المراهقين عندما يتعاطون المخدرات لايترجمون القواعد القليله الى مسئوليات – فالأمر، بالنسبة لهم، يعنى فرصة تهيأت لهم لتعاطى المخدرات والشعور بالرضا دون أن تترتب على ذلك التعاطي أية مسئولية من المسئوليات. والأمر هنا لا يدخل فى إطار الفرص التى يستطيع الآباء انتهازها.

ونحن هنا نضع أمامك ما يحدث: يشغل الآب نفسه بالمشكلات التى يتورط ابنه فيها ويزور أحد المستشارين طلبا للنصيحه والمساعدة فى حل مثل هذه المشكلات. وهنا يخدع الإبن المستشار ويضلله، تماما مثلما خدع والديه وضللهما، وذلك بأن يبدأ الإبن فى الشكوى من العائلة. ويؤكد الطفل للمستشار أن سلوكه السئ إنما هو إنعكاس لكل ماهو خطأ فى المنزل، وذلك عندما يكون السبب الحقيقى لمثل هذا السلوك هو عدم قدرة الأسرة على السيطرة الناتجه عن تعاطى الإبن المخدرات. ترى، ماذا تكون نصيحة المستشار؟ "إنكم فعلا تفرضون المزيد من القيود على الإبن. وهذا هو السبب فى حدوث هذا القدر من الإحتكاك. حاولا التعامل مع ولدكما بدون الكثير من

القواعد. "إن غياب القواعد يعطى الإبن مزيدا من الفراغ الذى يخفى فيه تعاطيه المخدرات وهنا تزداد المشكلات سوءاً على سوء.

المعالجون ليسوا هم الذين يسهرون الليل انتظارا لعودة الإبن الى المنزل. إنهم ليسو هم الذين يتلقون المكالمات التليفونيه المفزعه التى تأتى من المدرسة. المعالجون ليسوا هم الذين يعايشون ذلك السلوك المتهور فى المنازل. المعالجون ليسوا هم الذين يذهبون إلى غرف الطوارئ إذا ما تعاطى الإبن المراهق المدمن جرعة من المخدرات أكثر من الجرعات المقررة. إنهم ليسوا أولئك الذين يستقبلون طرق الشرطه لأبوابهم عند الساعة الثانية صباحاً. من هنا فإن الإخصائى الذى يقول للوالدين إنهما يضيقان على ولدهما الذى يتعاطى المخدرات ويكبحان جماحه، الإخصائى الذى يفعل ذلك يبحث عن خلق المزيد من المتاعب لأسرة مزقتها المخدرات.

المستشارون فى مجال الصحة الذهنيه يتورطون أيضا فى عملية تمكين الأبناء المراهقين المدمنين من المخدرات كلما شجعوا الآباء على مصادقة أبنائهم. الأطفال ليسوا بحاجة إلى الأصدقاء إنهم بحاجة إلى الآباء. إنهم يحتاجون من يتوجهون إليه ويقصدونه طلبا لوضع الحدود والقيود. مدرسة التمكين عند الآباء تشبه من يطلب من الأبناء تحقيق تقديرات طيبه فى الدراسة فى غياب الاستفادة من المدرسين والكتب. ***ويتعين على الإخصائيين النفسيين والأطباء النفسيين، أو الإختصاصين الاستشاريين العاملين فى مجال الصحة الذهنية أن يكون واضحا لديهم ومفهوما لهم أن* تعاطي المخدرات *هو أصل المشكله وليس نتيجة لها.*** ويجب أن يكون معلوما أن علاج المشكلات العائليه لن يتأتى إلا بعد توقف تعاطى المخدرات. ومشكلات المدرسة لا تدفع الإبن إلى تعاطى المخدرات. كما أن المشكلات العائليه بدورها لا تدفع الإبن المراهق إلى تعاطى المخدرات. المخدرات هى المشكله. المخدرات ببساطه ووضوح هي المشكله.

ولكن الوالدين تنتزع منهما أسلحتهما بالتدريج. فهم يسلمون بأن حملة درجة الماجستير، أو بكالوريوس الطب، أو حملة الدكتوراه يتحتم أن يعرفوا ما يتحدثون عنه. زد على ذلك أن الأمريكيين يثقون بكفاية المجتمعات العلميه والحرفيه ثقة عمياء. لقد درس هذا الرجل ستة أو ثمانية سنوات حتى يتمكن من المساهمة فى إصلاح أحوالك العائلية. من هنا، لابد أن يكون على حق فيما يقول.

هذا ليس بالأمر الضروري.

المستشار الإختصاصي الذى يقول لك: "تجريب المخدرات أمر عادي" أو الذى يقول: "تعاطي المخدرات عرض من الأعراض" أو ذلك الذى يقول: "هناك خلل ما فى حياة الطفل" يدخل فى إطار المُمَكنين. وفى النهايه يلقى مثل هذا المستشار بالائمة على الطفل تاركا الوالدين يعانيان من مشكلة أكبر من تلك التى بدءا بها. من هنا يتعين علينا الانتقاء عندما نكون بحاجة إلى العون والمساعدة؛ كثير من العاملين فى مجال الصحة الذهنيه لايدخلون فى عداد المُمَكنين.

والابن المراهق يترجم التعبير "هذا أمر عادي" على أن "تعاطى المخدرات يعد جزء من عملية النمو، إنه عمل مسموح به" الإبن المراهق يترجم الرسالة التى تقول: "المخدرات عرض" على إنها "لو أن والداي كانا على حق، لو أن المدرسة كانت مختلفه لما دخنت القنب الأسيوى (الماريوانا)". وهذا بدوره يزيد من تفاقم رسالة الصحة النفسيه التى تقول: "الخطأ ليس خطؤك. ومن الصواب أن تواصل تعاطى المخدرات."

الممكنون الأكاديميون

"علاج الدوخة المدرسية"

الأبناء المراهقون يشترون الجزء الأكبر من المخدرات التى يتعاطونها من المدارس العامة. وردّ مسئولى المدرسة على الأبناء الذين من هذا القبيل، يحمل إليهم رسالة تحدد موقف الكبار من مشكلة المخدرات. والمدرس الذى يعرف طفلا مرجوما (مبسوطا أو ثملا) ثم لا يفعل شيئا إزاء هذا الموضوع إنما يعطى الطفل رسالة مفادها "الكبار لن يفرضوا عليك أية قيود إذا ما تعاطيت المخدرات".

والمدرس الذى يود أن "يقف فى صف "الأبناء، والذى يتطلع إلى قبول الأبناء له واعتبارهم إياه بارداً ومبسوطا، هذا المدرس يدخل فى عداد الممكنين. والمدرس أو المدرسة، التى من هذا القبيل، والتى تقول للطفل: "يبدو أنك قضية ليلة ليلاء "ثم تضحك فى وجهه، تشارك فى جريمة تمكين الطفل من المخدرات عندما توحى له ضمنا أن المخدرات شئ من المرح.

المدرسون الذين يعرفون أطفالا مبسوطين أو ثملين فى غرف الدراسة ويحاولون إسكاتهم حتى لا يؤثرون على تعليم بقية الطلاب، يدخلون فى عداد الممكنين. المدرس الذى يقول للأبناء: "اسندوا رؤوسكم على قمطراتكم" وهو يعلم أن الطفل مبسوطا أو ثَملاً أو منخفضا أو محروقا

يعطـى الطفـل رسـالة مفادهـا أن المخـدرات مسـموح بهـا وأن الكبـار سـوف يتعاطفون مع الصغار فى تعاطيها.

ناظر المدرسة الذى يكتشف تغيب طفـل عـن المدرسـة عـدة أيـام، أو أسابيع ولا يتصل بعائلة هذا الطفل يعد مُمَكِّنا أيضا.

المدرس الذى يقول للطفل: "إذا كنت ستتعاطى المخدرات، فافعل ذلك بعيدا عـن غرفتـى الدراسيه" هـو أيضـا مُمَكِّن. هـل يعنـى ذلـك أن تعـاطى المخدرات مسموح به ولكن فى أماكن بعينها؟ أو ذلك الـذى يقـول: "إذا كنـت ستتعاطى المخدرات، فلا تتعاطاها في المدرسة علـى أقل تقدير." هـل يعنـى المدرس بذلك أن تعاطى المخـدرات أمـر مسـموح بـه، طالمـا إنهـا لا يجـرى تعاطيها في المدرسة؟ هل يعنى بذلك أن تعاطى المخدرات يكـون فـى عطلـة نهاية الأسبوع فقط؟

هناك أيضا أنواع صارخه أخرى مـن التمكيـن تـدور فـى المـدارس. الطلبه يروون العديد من القصص عند ابتياع المخدرات من المدرسين، وبيـع المخدرات للمدرسين بل وحتى الانبساط والثمول مـع المدرسـين. المدرسـون الذين من هذه النوعيات لايقتصرون على تمكين الأبناء من المخـدرات وانمـا يشجعونهم أيضا على تعاطيها.

مايك: "كان من عادة إحدى المدرسات أن تضع المشروب الروحى فى كـوب القهوة وتروح ترشف منه طول اليوم."

جريج: "لقد عثرت على قارورة من قوارير الشراب فى مكتب أستاذي".

ليندا: "كان مدرس التربيه البدنيه يحكي لنا نحن الفتيات عن طريقـة تعاطيـه المسكرات التى كان ينطلق بعدها على زوجته."

النظام المدرسـى نفسـه متهـم فـى بعـض الأحيـان بـالدخول فـى لعبـة التمكين. خذ على سبيل المثال الطفل الذى كـان يجـرب المخـدرات وهـو فـى الخامسة عشر من عمره ويخلـق لنفسـه المتـاعب مـع مدرسـته. وقـد تفـاقمت المشكلات إلـى أن نقلـت المدرسـة الطفـل مـن الفتره الصباحيـة إلـى الفـترة المسائية. هذا يعنى أن الطفل كان لابد أن يتغيـب عـن المدرسـة إلـى مـا بعـد الساعة الواحدة بعد الظهر. ومن المسلم به، أن الهدف من الفصول الدراسية الأصغر هو التاكد من توفير بيئة أكثر التزاما وانتظاما.

ولكن الإجراء الذى مـن هـذا القبيـل هيـأ للطفـل فرصـة التحـرر فـى الصباح كيما ينبسط ويثمل أثناء تواجد والديه فى العمل.

بدأت إحدى الفتيات التى كانت تحقق معدلات كبيرة فى اختبارات اللياقه الأكاديميه، تعانى من تدهور المعدلات التى كانت تحصل عليها. لم يحدث قط أن عاشت هذه الفتاه وفق امكاناتها، ولم يحدث قط أن كانت طالبه عظيمه، ولكنها فجأة، وبسبب تعاطيها المخدرات، بدأت تظهر ظهورا طفيفا بين أندادها فى غرفة الدراسة. وجاءت الضربه القاصمة عندما اجتازت هذه الفتاه اختبار الحملقة فى الفضاء ثم تقلب ورقتها بعد ذلك لتكتب اسمها عليها. واقترحت المدرسة على والدى هذه الطفلة نقلها إلى فصل من الفصول الخاصة التى تخصص لمساعدة الطلبه ذوى الحوافز التعليميه المتدنيه. ووافق الوالدان على ذلك. ونقلت هذه الطفله إلى فصول أخرى مع الطلبه الذين لايهتمون بالتعليم، والتى لا تعطى الطلبة من الواجبات إلا قليلا إضافة إلى أنها كانت تقضى فى المدرسة أربع ساعات يوميا. ناهيك عن القول، بأن هذه الفتاه كانت تتعاطى المخدرات لتشغل الساعات الأربع الأخرى.

وأشهر الأمثله التى يمكن أن نضربها عن التمكين المجتمعى فى المدرسة هو ذلك المدرس الذى يتجاهل تعاطى المخدرات وسلوك المخدرات لأنه سيخوض معركه خاسرة. لقد انحدرت مهنة التدريس، طوال العقود القليله الماضية، من مكانتها التى كانت محترمة ومرموقه، فى يوم من الأيام، إلى عمل مهلك متدنى الدخل ليس فيه من الحوافز إلا القليل جداً.

لقد أسفر الانجاز المتدنى، العنف المدرسى، المواقف الخاصة بالتكامل، وكذلك المخدرات عن جيل من المدرسين الذين بلغوا من التعب والارهاق حداً لا يستطيعون معه فعل أى شئ إزاء تعاطي الأبناء المخدرات. كثير جداً من الأبناء يتعاطون المخدرات، وكثير جداً من الآباء لا يودون مواجهة هذه المشكلة أو التصدي لها، وكثيرا جداً من الإداريين فى المدارس يتخوفون من هذه المشكله ولايريدون أن يسمعوا شيئا عنها. لقد أبدى أحد المدرسين الملاحظة التاليه. "لقد خرجت من المدرسة وأنا أشعر بالاضطراب والقلق إزاء التعليم. أنا أكره دخول غرف الدراسة. إن نصف الأبناء فى غرفة الدراسة يتعاطون المخدرات ويؤثرون على تعليم النصف الآخر الذى يرغب فى التعليم. "وهذا مدرس آخر يقول: "حاولت فى بداية الأمر اتخاذ قرار بشأن تعاطى الأبناء المخدرات. لقد كنت خائفا بحق على أولئك الأطفال الذين كانوا أذكياء وأكفاء ثم بدأوا يتهاوون أمام عيناي. لقد استدعاني ناظر المدرسة إلى مكتبه وطلب منى ألا أرسل الأطفال إلى مكتبه – لأن ذلك يسبب له بعض المشكلات زد على ذلك، أن أولياء الأمور الذين استدعيتهم للتحدث معهم عن تعاطى أطفالهم المخدرات إتهموني بالكذب وكتبوا فى حقى

شكاوي تقدموا بها إلى مجلس إدارة المدرسة. لقد كنت أود فعلاً أن أفعل شيئا ولكنى لا أعرف ماذا أفعل."

يتعين على المدارس أن تكون مكانا آمنا يستطيع الأطفال أن يتلقوا فيه العلم وليس مكانا يدخنون فيه القنب الأسيوي (الماريوانا) أو ينبسطون فيه. المدارس لا تستعمل فى الغرض الذى أنشئت من أجله. والطفل فى كل مرة يشترى فيها المخدرات أو يبيعها فى المدرسة أو عندما يثمل وينبسط فى المدرسة دون اتخاذ إى إجراء من قبل المدرسة ضد مثل هذه التصرفات يجعل الرسالة الموجهه للطفل فى هذا الإطار واضحه جليه وتتردد بصوت عال لتقول: "ياه، إن القائمين على الأمر فى المدرسة لايفعلون شيئا إزاء المخدرات. إذن فتعاطى المخدرات أمر مسموح به."

الموظفون الحكوميون

"الرسالة غير الحكوميه"

يروى كثير من الأبناء مدمني المخدرات قصصا كثيره عن استيقاف ضباط الشرطه لهم والاستيلاء على ما معهم من المخدرات. وفى أغلب الحالات، يسلم ضباط الشرطه هذه المخدرات إلى قسم الشرطه حيث يجرى إعدامها.

غير أن الأبناء المراهقين المدمنين، جميعا وبدون استثناء، يظنون أن رجال الشرطة يحتفظون بهذه المخدرات ويتعاطونها هم أنفسهم.

المفروض أن ضابط الشرطه يتعين عليه القاء القبض على الطفل إن كان حائزا للمخدرات. والقاء القبض على الطفل يظل تأثيره مدة أطول من تأثير المحاضرة التى يلقيها عليه ضابط الشرطه. ولكن نظرا لأن كثيرا من الأبناء يتعاطون المخدرات، ونظرا أيضا لمجموعة الأوراق المربكه التى تنطوى عليها عملية القبض، ونظرا أيضا - بصورة أكبر- لمقاومة الآباء لعملية القبض، فإن ضباط الشرطه فى أغلب الأحيان، يفضلون عدم القاء القبض على الأطفال لحيازتهم القنب الأسيوى (الماريوانا) أو تعاطيه. وقد تحول الأمر إلى مخالفة من المخالفات التى يتعامل معها ضباط الشرطه بغير الطريقه المخصصة لها. لقد توقف الضباط عن إلقاء القبض على الأطفال. يضاف إلى ذلك أن المحاكم لا توقع عليهم أية عقوبات فى هذا الشأن، والمدارس تفعل الشئ نفسه، والآباء يحزون حزو المحاكم والمدارس. إذن، فلماذا يتوقف الأطفال عن تعاطى المخدرات؟

يكتب ضباط المرور، في التقارير التي يكتبونها عن الحوادث أو مخالفات المرور، عندما يتورط فيها المراهقون المدمنون، أن الحادث ينجم عن تعاطى المشروبات الروحيه، السُّكر، بدلا من أن يدونوا فى تقاريرهم أن الحادث نتج عن تعاطى المخدرات، والسبب في ذلك أن العقاب على تناول المسكرات أخف من العقاب على تناول المخدرات. من هنا نجد أن تعاطى المخدرات هنا يمرر أيضا مرور الكرام. معنى ذلك أن العقوبه المفروضه هنا لا تشكل إنذارا للوالدين. ولا تترتب عليها نتائج بالنسبة للطفل. وترتيبا على ذلك، ينصرف المراهق إلى حال سبيله ظنا منه أن الضابط قد احتفظ لنفسه بالمخدرات، وعليه يظن أيضا أن "الشرطيين يتعاطون المخدرات أيضا"، كما يظن أيضا أن المخدرات "ضد القانون ولكن أحدا لايأخذ ذلك مأخذ الجد".

الممكنون المجتمعيون

"رأى الأبناء المراهقين"

تمعن فيما اضطر الأبناء المراهقين المدمين إلى قوله عن الممكنين المجتمعيين الذين كانوا يتعاملون معهم يوميا.

كاتى: "كانت السيده التى يقع منزلها فى آخر الشارع تدفع لى أجرى قنبا أسيويا (ماريوانا) نظير حراستى لمنزلها".

كاتى: "كانت السيده التى كنت أجالس طفلها تداوم على تزويدي بالقنب الأسيوى (الماريوانا)، والكواليودات والمسرّعات".

منى: "كان هناك رئيس الإطفاء الذى كنت أعرفه واحترمه كثيرا. لقد كان صديقا لعائلتى منذ زمن طويل. ولكن صديقتى عندما ثملت وانبسطت وأشعلت النار فى منزل والديها، لم يأت رئيس الاطفاء على ذكر المخدرات فى التقرير الذى كتبه عن الحادث".

سو: "زرت أحد مراكز الصحة الذهنية وأبلغونى أن قليلا من الماريوانا وشيئا من المشروبات الكحوليه لن يضرانى".

شيريل: "كنت ثمله ومبسوطه بفعل تعاطى الماريوانا والكواليودات عندما ذهبت للقاء المستشار الاختصاصى ولم يكتشف ذلك".

آن: "عندما كنت أمارس البغاء طلبا للحصول على المخدرات، كان الكثير من رجال المال والأعمال يصطادونني. كما كان الأطباء يدفعون أجرى بالمخدرات".

تراسى: "كنت فى منزل الشماس بعد أن عدت من الكنيسه وكانت لديه مجموعة من المسرعات (المنشطات) وأخرى من المخفضات (المثبطات)".

تونى: "كنت اتعاطى، وأنا فى الصف السابع، المعليّات والمخفضات مع المدرب الرياضى الذى كان يقول لى: إن تعاطى المخدرات يجعله يجيد الرياضه".

مايك: "أبلغنى المستشار الاختصاصى بموافقته على أن أدخن الماريوانا وشيئا من المسكرات طالما أنى لا أتعاطى أى نوع آخر من المخدرات الأثقل من ذلك".

مارك: "كنت أتعجب عندما أشاهد كلا من شيش Cheech وشونج Chong وهما يصعدان إلى المسرح ويتعاطيان المخدرات ثم يحصلان على أجر نظير ذلك. كنت أحسب كل ذلك برودا وانبساطا".

فيل: "إستشرت أحد المحامين الذى بصَّرنى بطرق الإفلات من الشرطة كما بصرنى أيضا بالحقوق المشروعة لى فى المخدرات، وانواع التفتيش التى يسمح بها القانون".

جيف: "كان والد عشيقتى طبيا وكانت أمها ممرضة. وكنا نحن الأربعة نتعاطى المخدرات سويا، ندخن الماريوانا، الحشيش، المعليات، المخفضات، ومختلف الوصفات الطبيه المخدرة".

ميكى: "كان والد صديقى شرطيا. وقد أخبرنا بألا نتعاطى المخدرات على الملأ".

نانسى: "كان والدى يموت جراء مضاعفات مرض السرطان وقدموا له شيئا من الماريوانا".

كين: "حضرت إحدى الحفلات الموسيقيه وكان الأطفال المراهقون يتعاطون فيها المخدرات على مرأى ومسمع من رجال الشرطه الذين لم يتخذوا أي إجراء حيال ذلك".

جيم: "ألقى القبض مرتين على كيث ريتشارد (من شركة رولنج ستونز) بسبب تعاطيه المخدرات وأخذ الأمر على أنه انبساط وثمول وبرود عندما ألقى القبض عليه ولم يقتادوه إلى السجن".

مان: "انبسطت وثملت مع واحد من قساوسة يسوع فى المدرسه".

قائمة التمكين المجتمعيه

١- هل تستعمل دواء الوصفات الطبيه أو الدواء المرخص به طلبا للحميه، زيادة الوزن، جلبا للنوم أو طلبا للسهر أو الإسترخاء؟

٢- هل تتسلى أسرتك بالاضحاك الناتج عن تعاطى المخدرات؟

٣- هل تسمح لولدك أن يقتنى أو يستمع إلى المسجلات أو الأشرطه المواليه للمخدرات أو عبدة الشيطان أو موسيقى الروك الصاخبه أو التى تصاحب المخدرات؟ هل تسمح له بالاستماع إلى هذه الألوان وهو على إنفراد فى غرفته؟

٤- هل يستمع ابنك بصورة منتظمة إلى موسيقى الروك الصاخبه، والى محطات الاذاعه المواليه للمخدرات؟ وهل يلصق ولدك على جدران غرفته ملصقات مشاهير موسيقى الروك الصاخبه أو ملصقات المخدرات؟

٥- هل تسمح لولدك بالتردد على حفلات الروك الموسيقة أو مشاهدة الأفلام التى تدور عن المخدرات؟

٦- هل تبيع الأسواق التجارية والأسواق المركزية المحليه مستلزمات المخدرات؟ وهل خطرت ببالك الأسباب التى تجعل هذه المحلات تفعل ذلك، وهل خطر ببالك أولئك الذين يشترون هذه الأدوات ويستعملونها؟ وهل شاهدت أيا من هذه الأدوات أو المستلزمات فى غرفة ولدك؟

٧- هل تبيع محلات بيع الكتب فى منطقتك كتبا عن طريقة تعاطى المخدرات أكثر من التى تبيعها عن المشكلات التى تنجم عن تعاطى المخدرات؟

٨- هل يعطيك طبيب الأسرة وصفات طبيه مسكنه أو مغيرة للحالة النفسيه لعلاج الأمراض البسيطة؟ وهل تسمح لولدك بزيارة الطبيب منفردا؟

٩- هل يتغاضى المدرسون ونظار المدارس والمستشارون الاختصاصيون فى المنظومة المدرسيه التى تتبع لها، عن مشكلات المخدرات أو ينكرونها؟ وهل يستدعيك المسئولون فى المدرسة أو يتصلون بك تليفونيا عندما يتغيب ولدك عن المدرسة، ليتبينوا إن كان ذلك من قبيل الحنين إلى المنزل؟

١٠- هل تقوم سلطات الشرطة المحليه بإلقاء القبض على معظم الأبناء المراهقين المدمنين أو جميعهم فى حالة حيازتهم المخدرات؟ وهل تلتزم منظومة القضاء تماما بمحاكمة وعلاج الأبناء المراهقين الذين يلقى القبض عليهم بسبب المشكلات المتعلقه بالمخدرات؟ وما هى حقيقة سجلات مركز الشرطة فيما يتعلق بإلقاء القبض على تجار المخدرات؟

الفصل السادس

تصرفات الوالدين

"طريقة شن الحرب"

إذا كنت لاترضى بعد عن الأبناء المراهقين المدمنين الذين يجلبهم ولدك إلى المنزل، وإذا كنت لا تستطيع التحدث إليه بعد بشأن موسيقى الروك الصاخبه التى يستمع إليها، وإذا كان ولدك سريع الغضب، متقلب الحالة النفسية، يميل إلى النعاس وكثير الشجار، وإذا كان ولدك أو ابنتك تتجاهل القواعد المنزليه جميعها، فالأفضل لك أن تترك ذلك الكرسى الوثير وتفر هاربا. والسبب فى ذلك أن منزلك سوف يتحول إلى ساحة للقتال فى مواجهة المخدرات.

ترى ماهو أهم عنصر فى هذه الاستراتيجيه؟ ***إنه معرفة العدو***. يجب أن تعرف كل شئ، بقدر المستطاع، عن المخدرات: أسماءها، تعاطيها، وتأثيراتها على الجسم. يجب أن تعرف أيضا الأدوات ذات العلاقه بالمخدرات، يجب أن تتعلم طريقة تعرف هذه الأدوات وطريقة استعمالها.

ويجب أن تكون على علم بدرجة استعدادك للمعركه. حدد نقاط قوتك ونقاط ضعفك. إعلم أن أهم الأسلحة التى بحوزتك هى الحب والقوة. ولن تستطيع كسب الحرب بدونهما – لن تكسب الحرب دون أن تعرف كيف تستعمل هذين السلاحين.

"قبل أن تبدأ شلة ولدى فى تجريب تدخين الغليون (الماريوانا)، كنت لا أعلم أن المخدرات موجودة ولكنى بعد أن شاركت فى وضع برامج توعية الآباء أصبحت الآن أعرف مايدور. لقد بذل ولدي جهدا كبيرا حتى يتمكن من خداعي والالتفاف حولى".

"الفارق بين المعرفة وعدم المعرفه هو المعلومات. وأنا أعلم الآن ذلك الذى يجب أن أبحث عنه كما أعرف أيضا كيف أساعد ولدى".

العدو

"المخدرات، المخدرات، ثم مزيدا منها"

يرى معظم الناس الجاهلين بعالم المخدرات، أن القنب الأسيوى (الماريوانا)، ال. سى. دى، والهيروين والكوكائين هى المخدرات. وقد عرفنا الماريوانا (الغليون) من حركة الخنافس الوجوديه، وقد صاحب المخدر ال.اس.دى LSD مجئ تيموثى ليرى وفلسفة "ولّع، انسجم، تسرَّب". ومن رأينا أن الهيروين هو الذى يتسبب فى وفاة البشر فى حى هارلم. ومن رأينا أيضا أن الكوكائين، هو مخدر الصفوه الباهظ الثمن سريع المفعول فى عالم الترفيه.

وإذا كنت قد قرأت الكتاب الذى بين يديك قراءة واعيه، فذلك يعنى أنك الآن أصبحت على علم بالحقيقة: بمعنى أن الأبناء الآن ينبسطون ويثملون فى أيامنا هذه باستعمال كل شئ بدء بشراب معالجة السعال وانتهاء بخلاصة القشدة المخفوقه. هل تقول انهم يسكرون بتعاطى شراب معالجة السعال؟ إن هذا الشراب يحتوى على مادة الكودائين. هل صحيح أن الأبناء يثملون وينبسطون باستعمال خلاصة القشدة المخفوقه؟ إنهم يثملون بفعل الغاز الذى يتخلف عن هذه الخلاصة فى الإناء، إنهم يستنشقون هذا الغاز عن طريق فتح بزباز الإناء واصطياد الغاز فى أكياس من الورق. والشئ نفسه يحدث مع أوانى المعطرات، وأوانى الدهانات، وأية أوانى أخرى من الأوانى التى تحتوى على الإيروسول.

وإذا كنت، مثل سائر الغالبية العظمى من الآباء، لاتعرف كنه الإحساس "بالإنبساط والثمول" – ولكن إذا كنت ممن يرتبطون بعلاقه بهذا الموضوع، فإن الإنبساط والثمول ربما ينتج عن "الطنين والأزيز" الذى ينتج عن تعاطى المسكرات. ومن الطبيعى أن ينتج أيضا عن الصداع والعينين الحمراوين، والمعدة التى يصيبها الغثيان فى صباح اليوم التالى.

كل ما أوردناه هنا لايعدو أن يكون مجرد خدش فقط لسطح المشكله.

"أحِسُّ شكلا من أشكال الإندفاع يدور فى رأسى. وأحس وخزا خفيفا كلما لامست الأشياء الأخرى. وفى بعض الأحيان كنت أحس كما لو كنت أنظر إلى الأشياء من خلال مرايا يغطيها الضباب. كنت فى الثالثة عشر من العمر عندما جربت البسب PCP* لأول مره ، وأتذكر أننى كنت أشعر أن

---

* راجع تفاصيل هذا المخدر فى مصطلحات المخدرات فى آخر الكتاب (المترجم).

جسمي يشبه الإسفنج. وقد كنت أحس، عندما أمشي، كما لو كنت أسير فوق بحيرة كبيرة. كانت أذناى تدويان، كما كنت أشعر أن أحشائي على وشك الخروج من بطني".

"أذكر عندما تعاطيت المخدرات أن كل شئ ضبابي وغائم وغير واضح. كنت أشعر كما لو كنت أحلم. مثلما حدث لي عندما رحت أسبح وأحسست بأني كنت أحلم أنني أسبح. ثم ظننت بعد ذلك أنني أسبح مع أسماك القرش الأمر الذي أصابني الخوف على إثره مباشرة. كنت أحس كما لو كنت أحلم لأنى مهما فعلت، كنت أحس أنى لا أفعل ما أعلم به".

"في بعض الأحيان كنت أحس أنني طويل. وفي بعض الأحيان الأخرى كنت أحس أنني نحيف جداً. كنت في الوضع واقفا وأروح أقول أشياء من قبيل: "أنا لا أستطيع الوقوف".

"أحملق فقط في الفضاء، وأنا في وضع متجمد. قد أشعر بالخفة والنشاط لفترة من الوقت ثم أتحول بعد ذلك إلى الشعور بالعظمة ثم أصبح فاتر الشعور. كنت أشترى حبوب البريماتين، التي تباع في كل مكان لعلاج الربو، وأتعاطى منها ثلاثة أو أربعة أقراص في آن واحد. ثم تنتابني العصبيه بعد ذلك وترتعد فرائصي. وفي بعض الأحيان الأخرى كنت أتعاطى الفاليوم والبركودان مع بعضهما وكان ذلك يجعلني أشعر كما لو كنت على وشك أن أتقئ ما بداخلي. كنت أشعر كما لو كان جسدي يغلي. وعندما كنت أتعاطى الحمض كنت أفقد اهتمامي بكل ما يحيط بي. وأتذكر ساعتئذ لم أكن أرى الأشياء بحجمها الطبيعي. كما كنت أسمع أصواتا تشبه دقات الطبول".

"في أحيان أخرى، كنت أحاول إخراج سيجارة أو شيئا ما ولكنني لم أكن استطع التحكم في حركة يدي أو ذراعي. كنت مبهورا بالحقيقه التي مفادها أننى فقدت السيطرة وكنت أستلقي إلى الخلف وأفكر في حالي بعد أن فقدت السيطرة على نفسي وذلك في ضوء علاقتي بالعالم الذي يحيط بي. كنت أسمع الكثير من الضوضاء الغريبه. كنت أحس، في بعض الأحيان، أن راهبه تهمس في أذني ببعض الكلمات التي لا أفهمها. كنت أسمع أصوات الأجراس تدوي من بعد. وفي بعض الأحيان، كنت أسمع أصوات الموسيقى وأحملق في شئ من الأشياء وأروح أتخيل أن جسمي يتمدد وينكمش مع صوت الموسيقى. كنت أشعر بالاسترخاء والهدوء، وكانت الدقائق عندى مثل الساعات. وكنت أخلط ما تراه عيناي بما تسمعه أذناي. وطوال تعاطي المخدرات كنت أحس بأني بعيد ومعزول عن بقية العالم".

"عندما كنت أدخن الغليون (الماريوانا) كان الخوف ينتابني. كنت أشعر كما لو كنت أريد أن أشد شعري وأصرخ. كنت أحس كما لو أن جسمي يجري امتصاصه خلال أنابيب متموجه وملتويه. كنت أحس كما لو كنت أرتطم بالجدار وأن مخي يحدث جلبه داخل رأسي. وعندما كنت أتعاطى المسكرات، وصلت إلى حد أني كنت أسير وأتقئ في آن واحد. لقد خرج البول مني رغما عني وكنت أشعر بالخجل من نفسي".

"أتذكر أنني لم أكن أقوى على الجلوس دقيقة واحدة فى المكان نفسه. كانت أنفاسي تضطرب أضطرابا حقيقيا وأحس كما لو كانت ألف فكره تخطر على بالي فى آن واحد. لم أقنع قط بالمكان الذى كنت فيه، سواء كنت جالسا على أحد الكراسي أو مسترخيا فى السرير. لم أكن أشعر بالراحة برغم المحاولات كلها التى كنت أبذلها فى هذا الصدد".

"أتذكر أننى كنت أحملق فى ذراعي أو رجلي ساعات فى كل مرة وأتعجب بحق من الغرض منهما. حدث ذات مرة، أن رحت أحملق فى المرآه طوال ساعات، وأننى طوال هذه الفتره كنت أعاني سكرات الموت".

"كنت لا أتناول الطعام لأنه كان يبدو لى غير منسق ومشوه. لقد كنت أعاني قشعريرة وأحس عقد كبيرة فى حلقي. ولن أنسى مطلقا ذلك الإحساس بالغصة التى كانت داخلي، لن أنسى مطلقا ذلك الفراغ السرمدي. كنت على استعداد لعمل أي شئ فى سبيل وقف الاثار التى تعتريني جراء تعاطي المخدرات، لقد كرهت هذه المشاعر من كل قلبي. كنت في غاية القلق والخجل. طوال فترة تعاطي المخدرات كنت أحس أني لا أساوى شيئا. كنت أحس بالأسف والندم على الطريقه التي كنت أعامل بها والداي، كما كنت أشعر أن إحساسى بالذنب يطغى عليّ".

"كنت أرى الأشياء المتحركه وكأن لها أذيال من الضوء".

"كنت أتذكر أجزاء من النهار. ولكنى لم أكن أحس بوجود جسدي. وبينما كنت أتناول الطعام كنت أحس أن ابتلاع أصغر لقيمة يستغرق مني عشر دقائق تصل بعدها إلى حلقي. كان يسيطر عليّ دوما إحساس بالخوف من أني أوشكت أن أموت مختنقا".

"كنت أخلط الكواليودات بالبيرة وأحس بعد تعاطيها بالإرهاق والخدر. كنت أخلطهما ابتغاءً للثمول والانبساط على نحو أفضل. فى بعض الأحيان كنت أموت بعد خلط هذا بذاك. كنت أتعاطى نوعين من الكواليودات. النوع الذى كان يحمل علامة القدم ذى الحذاء ومكتوب عليه

حرف م واحد فى الكلمه الدالة على (ليمون) Lemon التى تطبع على الكواليودات. أما الكواليودات الخاصة بالوصفات الطبيه فقد كانت تشتمل على حرفى م فى الكلمه الدالة على (ليمون) Lemon. كنت أدخن الكواليودات فى غليون تدخين الماريوانا أو أقسم الواحده منها إلى قسمين أضع كل واحد منهما فى فتحه من فتحتي أنفي".

عندما كنت أتعاطى البسبب PCP وأبدأ فى الإنبساط والثمول كنت أشعر وكأن رئتي قد التصقتا ببعضهما. كنت أحس كما لو كانت أحشائي قد وقعت فى مخي، كنت أحس كما لو كنت أطفو وأسبح داخل الغرفة، فى حين أني كنت أتطلع إلى نصف ذلك الإنبساط والثمول فقط. كنت لا أود أن أفقد سيطرتي على ذاتي كلية. كما كنت أتمنى الموت أملا فى التخلص من هذا الألم. عندما كنت أنظر فى المرآه كنت أحسب وجهي أبيضا شاحبا وقد ارتسمت عليه خطوط سوداء – كما لو كنت وطواطا ماصا للدماء".

"أذكر أننى كنت أحس أن رئتى كانتا تلدغانى وأن جسدي كان على وشك الإنفجار".

"كانت الأصوات تبدو لى واضحة تماما. وهذا هو السبب وراء حبي لموسيقى الجلبه والضوضاء. لقد أمضيت وقتا عصيبا وأنا أحاول فهم أنماط الكلام والسبب فى ذلك أن الكلمات كانت تتداخل مع بعضها بعضا".

"كنت أحس وكأن لى قدمان من المطاط".

"كنت أفعل بعض الأشياء مثل الحملقه فى تمثال من التماثيل وأحسبه تمثال الموت. ثم أروح أرقص حوله".

"كنت أحس أن الأشياء التى من قبيل السيارات كانت تكبر، ثم تصغر، عندما أكون ثملا أو مبسوطا".

"كنت أحس وكأن فروة رأسي تخزني".

"كنت أحس وكأني أطفو على سطح الأرض، وأنني على حافتها حذرا".

"كنت أرى شرائط حمراء وخضراء تومض خلال الهواء".

"كنت أظن أن تعاطي الحمض يمكنني من استعمال أجزاء من مخي لايستطيع الناس العاديون استعمالها".

"كنت أحس في بعض الأحيان وكأن حدقتي عيناي على وشك أن تسقطان.

"كنت أحس آلاما فى الحوض GROIN كما لو كنت أحس أنني على وشك أن أصبح عقيما".

"كنت أحس أن ضربات قلبي تزداد وأخشى أن أصاب بنوبه قلبية ثم أموت. لقد كنت خائفا بحق. ولكن عندما كنت أفيق من الإنبساط والثمول، كنت أعاوده مره ثانيه".

"تعاطيت البسب PCP ذات مرة وأذكر أني غضبت وتشاجرت مع الجدار. كنت أحس وكأني أخبط رأسي فى الجدار".

"كنت أحس وكأن رأسي قد انفصل عن جسدي".

"كنت فى حصة التربيه البدنيه ذات مره وشعرت أن الأرض كانت تتموج مثل المحيط. كنت أحس وكأن الأرض تتشقق والجدران تتداعى".

تحدثت فتاه تبلغ من العمر أربعة عشر عاما عن تعاطيها الحمض أول مرة فقالت: "كنت قلقه وخائفة لأن الجميع كانوا يقولون: إنه لطيف ومفيد. وتعاطيته. وأحسست كما لو كنت أضحك. كانت الأشياء تبدو لى عادية. كنت أحْسَبُهُ مرحا، فى البدايه. ثم بدأ جسدي يهتز ويفقدني السيطرة عليه. كنت داخل الغابة وأرى الشئ اثنين بدلا من واحد. كنت أود إيقاف ذلك الشعور. حاولت أن أتقيئ ولكني لم أستطع ذلك. لم أتمكن حتى من الثبات فى مكاني. وطلب إليّ أصدقائي أن آخذ شمّة صغيرة جداً من مسحوق أرجواني أملا فى أن أستعيد هدوئى. ونفذت ماقالوا به غير أني كنت لا أريد أي شئ سوى أن أصرخ وحسب. وراح كل من أخي وصديقي يطلب مني أن أفكر فى الأشياء اللطيفة. لقد كرهت المخدرات وتعاطيها. لم يكن الأمر على نفس الشاكله التي حكى الناس لي عنها. ونمت طوال اليومين التاليين لتعاطي ذلك المخدر لأني كنت متعبة تماماً. وبعد ذلك بأسبوعين، رحت أتعاطى المخدرات من جديد".

أبناء يتحدثون عن الإنبساط والثمول. وكلامهم هنا ليس مستساغا أو مقبولا أليس كذلك؟ والأبناء أنفسهم يقرون ويعترفون أن الإنبساط والثمول لايتولد عنه دوما إحساس طيب. ومع ذلك فهم يتعاطون المخدرات.

تنقسم المخدرات إلى أربع أنواع رئيسية:

المنبهـــات:

تؤدي المنبهـات إلـى تسريع التفـاعل فـى مركـز السعادة مـن المـخ. والمنبهـات العامـه تشتمل علـى أقـراص الكـافيين، الأمفيتامينـات والكوكـائين ويعرفهـا الأبنـاء المراهقـون المدمنـون باسـم "المعليـات" Uppers. والفعـل الكيميائي للمنبه يزيد ضغط الدم كما يزيد أيضا من معدل النبض، الأمر الذي يزيد من مستوى نشاط الجسم الأمر الذي يولد شعور البهجه والانتعاش.

المثبطـــات:

تؤدي المثبطات "المخفضات" إلـى إبطـاء العمـل الكيميـائي فـى المـخ وفى الجهاز العصبي. وتشتمل المثبطات على المسكرات، ومشـتقات حـامض البربيتوريك الذي يستخدم كمسكن أومنوم، المهدئات والمذيبات المتطايره.

المفككـــات:

تحدث هذه المخدرات إضطرابا في وظـائف تصنـيع المعلومـات فـى المخ البشري. ومتعاطي هذه المواد يخـال أنـه يسمع الأشـياء التـى يراهـا أو يرى الأشياء التى يسمعها. ويبدو الحال هنـا كمـا لـو أن الجسم قد تلخبطـت أسلاكه كلها مع بعضها. وقد تختلط الذكريات القديمة بالمدركات الحاليه. وقـد تتأثر عملية التوازن. وقد تبدو الصور الذهنيه، لمن يتعـاطى هذا النـوع مـن المخـدرات، غـير واقعيـه أو مشـوهة. والمفككـات يطلـق عليهـا أيضـا إسـم العقـاقير الجالبـة للهلوسـة. ويدخـل ضمـن هـذه المخـدرات القنـب الأسـيوي (الماريوانا)، إل.سي.دي، المسكالين، والبسب PCP (تراب الملائكة).

المسكنـــات:

المسكّنات هى تلك المخدرات التى يطلق عليهـا الرجـل العـادي اسـم "قاتلات الألم" Painkillers – المخدرات التى من قبيل المورفين والكودائيـن. ومع ذلك فان "قاتلات الألم" تعد تسمية خاطئه لهذا النـوع مـن المخـدرات. إذ ليس من الضروري أن يزيل هـذا النـوع مـن المخـدرات الآلام، لأن كـل مـا تفعلـه هـذه المخـدرات هـو وقـف حـدوث الآلام. معنـى ذلـك، أن الألـم يظـل موجوداً، وأن كل ما يحـدث هـو أن المـخ لايسـجل وصـول ذلـك الألـم إليـه. ويطلـق علـى المسكنات أيضـا إسـم الأفيونيـات وهـي تشتمل علـى الأفيـون، الكودائين، المورفين، الهيروين، والميثادون. ويعد البيركودان، فى أيامنا هذه، من أحدث المسكنات التى تستعملها علية القوم.

ربما تحتوى غرفة ولدك فى هذه اللحظة، على شئ من المخدرات. والخطوة الأولى التى يجب أن تخطوها، بوصفك والداً، أن تتعرف شكل هذه المخدرات. وأفضل الأماكن التى تطلب منها العون والمساعدة، فى هذا الصدد، هو مجلس الآباء فى المجتمع الذي تعيش فيه. زد على ذلك، أن المدارس المحليه، وقسم الشرطه، أو الوكالات الإجتماعيه لديها قوائم بأسماء المجالس التى من هذا القبيل. المجالس التى من قبيل باندا، باك، الحلم، الأسر العاملة، الآباء والعارفون، ليست سوى غيض من فيض المؤسسات التى تهدف الى تثقيف الأسر ومساعدتها ثم الإنطلاق بعد ذلك إلى المجتمع للمساعدة على وقف إساءة استعمال المخدرات.

وبوسع هذه المجالس والمؤسسات أن تساعدنا على تعرف المخدرات وأعراضها فضلا عن الأدوات المستعمله فى تعاطيها – الملاعق، مشابك الروش، "الروش Roach (عقب)" مصطلح يطلق على العقب المتبقي من وصلة الماريوانا بعد تدخينها)، المحاقن، القطّارات، الإبر، الأجراس، ورق اللف، الأمواس، والنافخات Tooters (إحدى الوسائل المستعمله فى شم الكوكائين).

ونحن بوصفنا آباءً، ندين لأنفسنا ولأطفالنا، بتثقيف أنفسنا في المخدرات وثقافة المخدرات. حدد تأثيرات المخدرات على حياة ولدك: أصدقائه، طلعاته، نشاطاته المدرسيه. أن أول مرة يبتعد الطفل فيها عن الأسرة ويقترب خلالها من أنداده الذين يكبرونه سنا هي الفرصه المناسبه لتقييم الموقف واتخاذ إجراء بشأنه. ويجب ألا تغيب عنك: معرفة العدو.

	إسم المخدر	الإسم التجاري للمخدر	الآثـار المحتملـة	الآثار المترتبه علي تعاطى جرعات زائدة عن الحد	طريقة تحديد المتعاطى
١ – المنبهات (المعليات)	منبهات كوكايين أمفيتامينات مخدرات أخرى	لا يوجد بنذدرين – ديكسدرين سانوركى فورانيل برى – ستيت	زيادة اليقظه والنشاط، الهياج والاضطراب ، زغلله حدقة العين، زيادة معدل النبض ، وارتفاع ضغط الدم ، الأرق، وفقدان الشهية	الهياج وعدم الثبات، الهلوسة ، التقلصات احتمال الوفاة	سعادة غير عادية تماما وزيادة غير عادية فى النشاط ، القفز وسرعة الاستثاره، كل أشكال الهلوسة ، ومظاهر جنون العظمة بعد تعاطى هذا المخدر عن طريق الحقن فى الوريد .
٢ – المثبطات (المخفضات)	المســكرات	جميع الأسماء التجارية التى يجرى الإعلان عنها	تعمل عمل المخدرات التى تثبط الجهاز العصبى المركزى. الجفاف ، النشاط الزائد عن الحد ، القيىء، الصداع، الحموضه، العطش، الاستهتار.	الأرق، الهذيان، الهلوسة، التقلصات وفقدان الذاكرة	انتفاخ الوجه، احمرار العينين ، الاكتئات والتشتت .

	إسم المخدر	الإسم التجاري للمخدر	الآثـار المحتملـة	الآثار المترتبه علي تعاطى جرعات زائدة عن الحد	طريقة تحديد المتعاطى
	مثبطات أخرى هيدرات الكلور مشتقات حمض البريبيتوريك المهدئات الميثاكوالون	نوكتك ، سمنوس نيمبوتال، سيكونال الفاليوم، ميلتون كوا أليود	الكلام غير المترابط والقذف، فقدان الهدف، تصرفات السكارى.	قليل من العرق ، الشعور بالبرودة، رطوبة البشرة، تشوش حدقتى العينين، نبض ضعيف وسريع ، الغيبوبه ، احتمال الوفاة	مظهر السكر مع انعدام رائحة الكحول علي أثر تعاطى جرعات أكثر من المسموح به . السكون وعدم القدرة على تنسيق الحركات العضلية الإرادية
٣ – المفككات (مخدرات الهلوسة)	القنب الغليون الحشيش زيت الحشيش تي – اتش – سي الماريوانا	لا يوجد أسماء مبتذله : الغليون ، العشب، الوصلة، سيجارة القنب الهندي .	الشعور بالنشاط والخفة ، ميوعة الضوابط ، التصرفات غير المسئولة .	التعب والإرهاق ، جنون العظمة ، إحتمال الإصابه بالذهان .	قد يشعر المتعاطى بالبهجة أو الإسترخاء، ويروح يحملق فى الفضاء ، وقد يبدو عليه الفرح دونما سبب واضح ، إحساس بالقدرة مبالغ فيه .

	إسم المخدر	الإسم التجاري للمخدر	الآثـار المحتملـة	الآثار المترتبه علي تعاطى جرعات زائدة عن الحد	طريقة تحديد المتعاطى
	عيش الغراب (بسيكوسبين)	عيش الغراب، ذو الحلقة الإرجوانيه على الساق بالقرب من الرأس ، وتجنى هذه النباتات من روث الأبقار. وهو يؤكل نيىء أو يغلى مع الشاى .	عرق مصحوب ببروده وهلوسه .	تقلصات فى المعدة والقيىء وفقدان الوعى أو الذاكرة .	عينان يشع منهما بريق الجشع والطمع، العصبية، الشد، التصرفات الخاطئه، التعرق، الضحك والصراخ.
٤ - المسكنات (قتلة الآلام)	مسكنات الأفيون المورفين الهيروين مخدرات أخرى	(لا يوجد) مورفين (لا يوجد) الديلايوديد الباريجوريك البيركودان	الشعور بالنشاط والخفة، الكسل والخمول والنعاس، ضيق التنفس ، ضيق حدقتى العينين، القيىء	بطيء وضيق التنفس، تشقق البشرة، التقلصات ، الغيبوبه، احتمال الوفاه .	ضيق حدقتى العينين، الهدوء، عدم التركيز، وبطيء النبض، والتعرّق .

	إسم المخدر	الإسم التجاري للمخدر	الآثار المحتملة	الآثار المترتبه علي تعاطى جرعات زائدة عن الحد	طريقة تحديد المتعاطى
	مخدرات الهلوسه إل،إس.دي LSD البسب PCP الميسكالين البيوت	(لا يوجد) (لا يوجد) سيميلان (لا يوجد)	توهمات وهلوسة ، ضعف إدراك الزمن وتقدير المسافة .	فترات أطول واشد تركيزا من الإنبساط والثمول، الذهان ، احتمال الوفاه .	يحدث للمتعاطى تغييرات كاملة فى شخصيته . ،يرى، الروائح و،يسمع، الألوان . وقد يحاول المتعاطى الطيران أو يفرش حشرات خيالية بعيدا عن جسده ... الخ تصرفات لا تتسم بالمعقوليه . يقلل المتعاطى من شخصيته بشكل ملحوظ

	إسم المخدر	الإسم التجاري للمخدر	الآثار المحتملة	الآثار المترتبه علي تعاطى جرعات زائدة عن الحد	طريقة تحديد المتعاطي
	مستنشقات	الجازولين، السوائل الطيارة، علب الأيروسول، يقوم الطفل باستنشاق واحدة من هذه العلب لمدة خمس دقائق تحت قطعة من القماش الذى لا يسمح بمرور الهواء أو من خلال كيس يغطي كلا من الأنف والفم . ويعاود الطفل تكرار هذه العملية كلما أراد أن يظل ثملا أو مبسوطا .	اليقظة التامه ، حدة الحواس عند الطفل ، احتمال الهلوسة والدوار ، الإحساس بالضيق فى منطقة الصدر .	تلف المخ نتيجة تعاطى هذه المخدرات لفترة طويلة . جفاف اليدين وتشققها وتقشرها . احتمال الوفاة .	رائحة تشبه الرائحه الصادره عن النفس الذى يخرجه الطفل. بطيء استجابة الطفل الذهنيه والبدنيه للحديث . كلمات مفككه وجمل غير مترابطة .

خطة الهجوم

"الهجوم هو أفضل وسائل الدفاع"

أفضل تصرفات الوالدين هو ذلك الذى يتصل بأسلوب الحياه التى نحياها كل يوم – ليس بعد أن تتداعى الأسرة بسبب المخدرات. هذا التصرف يتصل بزواجنا، بالطريقه التى يرى الواحد منا بها نفسه فى إطار أسرته والطريقة التى ينظر أطفالنا بها ألى أنفسهم.

إن طلب الذخيرة بعد أن يفتح العدو النار عليك لايعد من قبيل الدفاع القوى.

ومن سوء الطالع أن غالبية العائلات، عندما تتيقن أن أولادها يتعاطون المخدرات، تكون قد دخلت فى لعبة الكتشاب. وتكون النتيجه فيها على النحو التالى: المخدرات هدف مقابل لاشئ للوالدين، وبذلك يكون الميعاد قد فات بحيث يصعب عليك أن تخوض المعركة لوحدك.

وأول ما يتعين علينا عمله، فى مثل هذه الظروف، هو اتخاذ قرارين مهمين هما: ***أنا لست على استعداد لتغيير العلاقه الخاصة التى تربطنى بالمسكرات وبالمخدرات نظرا لقلقى على ولدي وخوفي عليه و (٢) أنا على استعداد لتحمل التكاليف التى تترتب على ذلك.***

صيحة القتال

"هذه الأسره تناهض المخدرات"

يجب أن يكون واضحا للأسرة أنها يتعين عليها أن تقف موقفا حازما وصلبا من تعاطي الكيمياويات التى تغير الحالة النفسيه مهما كان نوعها. ومع ذلك، فإن بعض الأسر هي التى تتخذ مثل هذا الموقف. ويجب أن نطرح على أنفسنا الأسئلة التاليه: هل تضحك أسرتك ممن يسكرون بحق، أولئك الذين يبلغون من السكر حداً يتهددهم الخطر عنده هم والآخرين؟

هل أصبحنا نسلم بالحقيقه التى مفادها أن "تعاطى المخدرات" أصبح أمرا يرتكبه جميع الأبناء المراهقين فى هذه الأيام؟ إن كانت الإجابه بالإثبات، فذلك يعني أنك سوف تدخل فى كثير من المتاعب.

يجب أن يشتمل أسلوب حياة الأسرة السليمة على التغذيه الجيده، والتدريبات البدنية الجيدة فضلا عن الموقف الإيجابي. فكرة الأسرة السليمه عن الترفيه والمرح يجب أن تكون خاليه من الإنبساط الذي يستجلب عن

طريق تعاطي الكيمياويات وأن يكون المرح والترفيه في مثل هذه الأسره طبيعيا ومتولدا عن العادة وعلاقات تحقيق الذات، وتحقيق الأهداف الواقعيه التي تبشر بالخير.

ويتعين على كل أسرة من الأسر أن تلقى نظرة على أسلوب استعمالها للمسكرات. هل يتناول الأب مشروبا مسكرا فور عودته من عمله الى المنزل؟ هل يجرى تقديم المشروبات الروحيه يوميا فى المنزل؟ هل يتعين عليك تناول البوز –ذلك المشروب المسكر– فى المنزل طلبا للترفيه والمرح؟ هل تستعمل الوالده أو الوالد المسكرات عندما يمرا بنهار سيئ؟ هل يثمل أي منهما بعد أن يتعاطى المسكر؟

المفتاح الرئيسى الى تناول المسكرات هو الاعتدال. التعاطى الاجتماعى للمسكرات بوصفها شرابا أو مع تناول الطعام أمر مقبول ولا غبار عليه – ولكن استعمال المسكرات بوصفها مهدئا، مهيِّجاً، أو مثيرا – لجلب المشاعر المؤلمة – يعد أمرا غير مقبول.

الأسر الشابه أيضا يجب أن تعيد النظر فى تناولها المسكرات. ان جيل الستينيات فيه من الأطفال من بلغوا من العمر حداً يسمح لهم بالتورط في تعاطى المخدرات فى أيامنا هذه. والأبناء عندما يرون آبائهم يستعملون المخدرات أو يتحدثون عنها بصورة منتظمة، سوف يظنون: "إنهم يتعاطونها. لابد أنها على مايرام".

يجب على الأسرة أيضا أن تختبر موقفها من العلاج الذاتي. ألق نظرة على دولاب الدواء (دولاب المشروبات). هل تجد فى هذا الدولاب كميات من المخدرات الدوائيه التى لايحتاج إليها بعد أي فرد من أفراد الأسرة؟ وهل يحتوى دولاب الدواء على أدويه من تلك الأدويه التى يشيع استعمالها، والتى تستخدم لعلاج جميع الآلام المحتمله، والأوجاع؟ هل يتخذ كبار الأسرة موقفا من مسألة "إذا شعرت بألم فابتلع قرصاً؟ هل من بين أفراد الأسرة من يستعمل المسكنات بصورة منتظمة وبمواصفات طبيه خاصة، وذلك بدء من الأسبرين إلى المورفين ثم الأدوية التى تحتوى على الكودائين؟ هل من بين أفراد الأسرة من يستعمل المهدئات بصورة دوريه؟ أو من يستعمل الأمفيتامينات لتقليل الأوجاع والآلام؟ ومن الصعب أن نأمر طفلا مراهقا بالابتعاد عن تعاطي المخدرات ابتغاء للتخفيف من حدة مشاعره أثناء المراهقه، وبخاصة إذا كان الكبار يستعملونها ليحلوا بها مشاكلهم.

إن دولاب أدوية الأسرة يجب أن يحتوي على الأسبرين أو التلينول، أدوية الأسعاف، الفيتامينات، وترمومتر وأية وصفة طبيه يجري استعمالها بواسطة فرد من أفراد الأسرة. يجب ألا يحتوي الدولاب على أي شئ غير ذلك. وإذا كان الدولاب يحتوي على وصفات طبيه، لايجري استعمالها، يجب التخلص منها. وإذا كان هناك مبرر يجيز الاحتفاظ بالمسكنات (إذا كنت أنت أو زوجتك تعاني من الروماتيزم)، فلا تجعلها فى متناول الأطفال، إحفظها بعيدا عن أعينهم سواء كانوا أطفالا أم مراهقين.

تُبْنَى الأسرة الخالية من المخدرات على ستة قواعد رئيسية:

(١) عدم استعمال أي فرد من أفراد الأسرة للمخدرات بدون مبرر، (٢) عدم إساءة استعمال الوصفات الطبيه، (٣) عدم استعمال أطفال الأسرة للمسكرات، (٤) عدم استعمال الكبار للمسكرات بشكل روتيني، (٥) عدم ثمول وانبساط الكبار، (٦) عدم استعمال المخدرات فى انقاص الوزن، أو اكتساب الوزن، أو لجلب النوم، أو للإستيقاظ وللإسترخاء.

اللعبه الحقيقيه هنا تكمن فى تعاون الأسرة كلها على اتخاذ موقف جديد من تناولها أفراح الحياه وأتراحها. إذ لايكفي، مجرد إيقاف الممارسات السلبيه القائمة فيما يتعلق بالمخدرات والمسكرات. يجب على الأسرة أن تتعاون كلها على ابتكار أساليب بناءه جديدة تجعل حياتها جديرة بالعيش والاهتمام.

من المسئول

"هل يتقدم الكبار هنا خطوة إلى الأمام؟"

الخطوة التاليه التى يجب أن تخطوها الأسرة الجيدة فى إطار خطة عمل الأسرة هي لتحديد من هو المسئول.

لقد اجتزنا خلال السنوات القليله الماضية فترة يمكن أن نطلق عليها اسم "أبوة الديسكو" – وهي مدرسة تنادي بأن الآباء ينبغي أن يكونوا رفقاء وزملاء لأطفالهم وأبنائهم المراهقين.

وبخاصة أننا ونحن نتعامل مع مدمن من المدمنين المراهقين لايمكن أن نغفل التمييز بين الكبير ودور الطفل المراهق. فالأطفال يجب أن ينموا

ويكبروا فى ظل إحساسهم بالأمن وأن هناك كبيرا يحبونه ويقدرونه هو الذي يتحمل المسئوليه. والأطفال لن يتعلموا تحمل المسئوليه مطلقا إذا ما اضطروا إلى تعلم الطيران بدون شبكه، والشبكه هنا تتمثل فى الوالدين. والأطفال عندما يدخلون فترة المراهقة تتزايد الاغراءات لديهم، وتزيدهم المشكلات ارتباكا. وهم هنا يكونون بحاجة إلى المزيد من العون والمساعدة أكثر من ذي قبل.

الأبوة عمل **شاق** بحق. ومع حتمية عدم التنصل مطلقا من مسئولية الأبوة، فإن طبيعة الأبوة ذاتها تتغير تغييرا جذريا طوال نمو الطفل. فالأبوة تتغير فور نزول الجنين من بطن أمه وتوقفه عن الاعتماد على جسم أمه في الحياه. كما تتغير الأبوة أيضا عندما يدخل الطفل مرحلة المراهقه ويبدأ فى التحرك خارج محيط الأسرة الروحي، الاقتصادي، العاطفي والاجتماعي. كما تتغير طبيعة هذه الأبوة عندما يجتاز الطفل مرحلة المراهقة ويصبح يافعا ويترك أسرته الأصليه المباشرة لتصبح جزء من أسرة كبيرة متراميه.

والآباء لايفهمون دوما مراحل هذا الانفصال أو الاستقلال. فكثير من الآباء تخطر ببالهم فكرة أن المراهقه توجد حيث تبدأ الحريه. ولكن، وكما سبق أن أوضحنا، فإن الحرية لاتعد رداً على المراهقين.

سن الثانية عشرة قد يكفي تماما للبقاء فى المنزل ورعاية الأخوه الأصغر. كما أن هذا السن يسمح لصاحبه أن يذهب وحده إلى السوق المركزيه للتسوق.

كما يكفي هذا السن أيضا لترتدي صاحبته صديرية للثديين على سبيل التدريب. ولكن هذا السن لايسمح لصاحبه بالاستقلال. النمو معناه توسيع مجال التنافس في الصراع. أما القرار الذي يتخذ بشأن موعد ومدى توسيع ذلك المجال فينبغي ألا يكون قاصرا على الإبن وحده. فكلما كشف الطفل عن فاعليته فى ذلك المجال السليم، أعطي ذلك الوالد الحق فى أن يفتح لولده الطريق إلى المجالات الأوسع قليلا والمجالات الأقل سلامه. وعندما يصبح ذلك المجال الجديد آمنا، يقوم الأب بتوسيعه من جديد. وهذا هو النحو الذي يجب أن يسير عليه تجاوز فترة المراهقه.

التحول من مراهق إلى يافع يعني إحساس الإنسان بذاته، شخصيته الجنسيه، إحساس بالقيمه الذاتيه، والأهداف والأدوات التى تحقق هذه الأهداف. التحول من مراهق إلى يافع يعني القدرة على مسايرة التباين الواسع فى التجربه البشرية وفي المشاعر التى تصاحب هذه التجربة. عملية

اكتساب هذه الخصائص والصفات والمهارات تعد عملية بطيئة وتحتاج إلى إشراف الكبار. من هنا يتعين على الآباء أن يكونوا آباء وأن يتركوا الأبناء أبناء.

القسم الآخر من فلسفة الأبوة الجديدة مؤداه أن الآباء يجب أن يتعلموا الوصول إلى حلول وسط مع أبنائهم على أن يكون مفهوما أن الحلول الوسط لامجال لها فيما يتعلق بتعاطي الأبناء المخدرات. والآباء هم المسئولون عن اتخاذ القرارات الخاصة بسلامة ورفاهية أبنائهم. كما يتعين على الآباء أن يقروا برواج المخدرات وانتشارها على نطاق واسع ويتعين عليهم أن يسمحوا لأبنائهم أن يعرفوا موقفهم من المخدرات. صحيح، أن الآباء يجب أن يصغوا إلى احتياجات المراهقين، ولكن إذا ما قال أحد الأبناء: "لن أتعاطى المخدرات الثقيله إذا سمحت لى بتدخين الغليون (الماريوانا) في غرفتي"، فالأمر هنا لا يقبل المساومة أو الأخذ والعطاء. أو إذا ما قال أحد الأبناء: "لن أتعاطى الغليون إذا سمحت لي بشرب المسكرات" فالأمر هنا لايقبل المساومة ولا الحلول الوسط أيضا. أو إذا ما قال أحد الأبناء: "إذا سمحت لي اليوم بالتغيب عن المدرسة، فسوف أشذب عشب الحديقه" فالأمر هنا أيضا لايقبل الأخذ والعطاء.

تأثير عدم اللجوء إلى الحلول الوسط له أهمية خاصة إذا كان الوالدان مطلقين، أي في الحالات التى يستعين الإبن فيها بأحد الوالدين على الآخر. ولكن ينبغي على الوالدين أن يشكلا جبهة موحده، سواء كانا يعيشا سويا أو منفردين. يجب أن يعلم الطفل أن الوالدين يحبانه وسيكونا مسئولين عن سلامته ورفاهه.

وقد يلجأ الوالدان المنفصلان أيضا إلى الحلول الوسط بسبب إحساسهما بعقدة الذنب. فإذا فرضنا أن أحد الوالدين كان مريضا أو أنه لايتصل بالطفل، فإن الوالد الآخر، قد يضعف إلى حد الأخذ بالحلول الوسط شعورا منه بالأسف للطفل.

الوالد المنفصل، يتطلع أيضا لرضا الطفل عنه والسبب في ذلك هو عدم وجود شخص كبير آخر يدعم موقفه ويؤيده.

كما يتعين على الأسرة أن تعمل وفقا لقيم ثابته، وأن الأب لابد أن يكون هو راعي هذه القيم ومعلمها وحاميها. والأب هو الذي ينبغي أن يحدد السلوك المقبول لدى أفراد الأسرة، كما يتحتم على كل فرد من أفراد الأسرة التمسك بهذه القيم.

القواعد الأسريه

"وهذا هو ما ينبغي أن يكون عليه الحال..."

يقوم المجتمع على مجموعة من القواعد. ونحن لا نستطيع القيادة على اليسار لأننا نود ذلك أو نرغب فيه. ولايستطيع أحد منا أن يطلق مسدسه في وسط مربع سكني لأننا نحب ذلك. الحياه لاتعمل بهذه الطريقة. والحياه الأسرية أيضا حكمها حكم حياة المجتمع، لاتعمل بهذه الطريقة أيضا.

المخدرات لاتتفق مع القواعد الأسرية بل هي على النقيض منها. والإبن لايمكن أن يكسر إحدى هذه القواعد لمجرد أنه يريد ذلك أو يهواه أو لمجرد التفكير بأن هذه القاعدة ظالمة غير عادلة.

يجب على كل أسرة أن ترسي مجموعة من القواعد الواضحة والعادلة والتي تطبق على جميع أفراد الأسرة على حد سواء. ويجب على كل فرد من أفراد الأسرة أن يعرف منذ البداية ماهية هذه القواعد. وينبغي على كل عضو من أعضاء الأسرة ألا يدفع بجهله هذه القواعد.

غير أن القواعد التى يلتزم بها طفل يبلغ السادسة من العمر لن تنطبق على الطفل نفسه عندما يبلغ الحادية عشره أو الثانية عشره من العمر – من هنا فإن هذه القواعد يجب أن تكبر وتنمو مع نمو الأسرة. فطفل السادسة لايسمح له بعبور الشارع دون أن يكون بصحبة أحد. وطفل الحادية عشر قد لايسمح له بالخروج بدراجته عن حدود المنطقة المجاورة. والطفلة التى تبلغ الخامسة عشر من العمر لايسمح لها بحضور الحفلات المنفتحة غير المحافظة... الخ. إن هذه القواعد تتغير بتغير أفراد الأسرة وغيرهم ولكن هناك دائما قواعد لابد من اتباعها. خطوط إرشاديه. أو إن شئت فقل: تعليمات. وعدم ربط الحياه بمجموعة من القواعد يمكن أن يشكل تجربة مؤلمة للطفل المراهق.

هناك مجموعة من القواعد النمطية المعيارية التى ينبغي أن تساعدك على الحفاظ على أطفالك وإبعادهم عن المخدرات. ونظرا لأن تآمر الطفل على إخفاء دائرة علاقاته الاجتماعيه عنك، يعد من الدلائل الأولى على تعاطى ولدك المخدرات، فإن إحدى طرق القضاء على مثل هذا التآمر تكون بتعرف الأماكن التى يتردد عليها أبناؤك وبمن يختلطون.

هذا لايعني بالتبعية أن تكون برفقة ولدك حيثما ذهب، أو أن تراقب كل حركه من التحركات التى يقوم بها. المسأله ببساطه هي مسألة وعي. فإذا

قال لك ولدك إنه ذاهب لحفل من الحفلات، فما عليك إلا أن تعرف السبب الذي سيذهب اليه وموعد عودته إلى المنزل من الحفل. السؤال هنا، معناه أنك مهتم بالأمر. إعزم أصدقاءه إلى حفل شواء في الهواء الطلق فى عطلة نهاية الأسبوع أو اعزمهم على طلعة خلوية من طلعات الأسرة. فكلما زادت علاقتك بأصدقائه، قل ميله إلى الحفاظ على سريته، أو الابتعاد عن الأسرة. وهيئ الفرص التى تهيئ لك الاتصال بآباء أصدقائه. وعندما لايصبح لدى ولدك ما يخفيه، فإنه سوف يقدر اهتمامك. زد على ذلك أن الآباء الذين يتحزّبون هم أفضل منظومة للرقابة على الاطلاق.

عندما اكتشفت مجموعة من أولياء الأمور فى أطلنطا بولاية جورجيا أن أبناءهم من الصفين السابع والثامن كانوا يجربون تعاطي المخدرات – فقد عثروا عندما كانوا ينظفون الحديقه على أثر حفل عيد ميلاد إحدى البنات الثالث عشر، على أعقاب الماريوانا، أقراص، وعلب بيره مبعثرة في كل أنحاء حديقة المنزل – اجتمعوا وقرروا اتخاذ إجراء موحد والعمل سوياً.

ترى ماذا فعل هؤلاء الآباء؟ كان من الضروري ومن المُلِحّ أيضا، أن يوقف هؤلاء الآباء التواصل والإتصال بين هؤلاء الأبناء طوال المدة المتبقية من الأجازه الصيفية. ولم يسمحوا للأطفال بمقابلة بعضهم بعضا أو حتى التحدث مع بعضهم البعض عبر التليفون. معنى ذلك أن شبكة تواصل الأطفال قد توقفت. معنى ذلك أيضا أن شبكة تواصل الآباء قد بدأت. وعندما بدأ العام الدراسي سمحوا لأبنائهم باستئناف حياتهم الاجتماعيه المدرسيه المعتاده، ولكن آباءهم لم يسمحوا لهم بحضور الحفلات التى لايكون بعض من آبائهم رعاة لها أو قائمين عليها.

الأمر هنا يبدو مثل اتخاذ الاجراءات الصارمة، ومع ذلك فقد نجح هؤلاء الآباء. هذه نوعية من الآباء انفقت شيئا من وقتها وشيئا من طاقتها في سبيل التأكد من أن أبناءهم يعيشون في بيئة خالية من المخدرات. إنهم لم يلقوا بالمشكلة على عاتق شخص آخر.

هناك بعض المؤشرات على أن بعض الأبناء يبدءون التورط في تعاطي المخدرات في سن مبكرة جداً. في العام ١٩٧٩ الميلادي أجرينا دراسة على ٢٦١ من المراهقين الذين كانوا يعالجون من المخدرات. وقد كشفت هذه الدراسة أن خمسة بالمئة من هذا العدد بدأوا يتعاطون المخدرات وهم في الصفين الخامس والسادس وقال عشرون بالمئه من هذا الرقم إنهم بدءوا تعاطي المخدرات في الصف العاشر أو بعد ذلك. وفي العام ١٩٨٢، أي بعد الدراسة الأولى بثلاث سنوات فقط، عندما كررنا المسح نفسه مرة

ثانيه، قال أكثر من عشرين في المائه من الثلاثمائة وخمسين طفلا الذين وزعنا عليهم الاستبيان، أنهم بدءوا يتعاطون المخدرات مع مطلع الصفين الخامس والسادس، ولم يقل سوى طفلين اثنين – وليس اثنان في المئه – أنهما بدءا تعاطي المخدرات في أواخر الصف العاشر.

حظر التجول الأسري يجب أن يكون مقصورا على ليالي الدراسة وعطلة نهاية الأسبوع، مع حظر للتجول الخاص بمناسبات بعينها، والحفلات المدرسية، والعودة إلى المنزل من المباريات...الخ.وإياك أن تقع مطلقا فريسة أو ضحية لمقوله: "أن آباء الأبناء الآخرين يسمحون لهم بالسهر خارج المنزل حتى الواحدة صباحاً. فلماذا لاتسمحان لي بذلك؟ إنكما من طراز قديم؟ "هذا الشكل من أشكال الذنب، إذا ما استغله المراهق وطبقه جيدا، يجعل الوالد يتحول إلى مايشبه قطعة في متحف من المتاحف – فاحذر أن تصدق هذه المقولة ولو لدقيقه واحدة. فترات حظر التجول ومواعيده تعد سلاحا فعالا في نطاق القواعد الملزمة للعائلات. قد يكون هناك بعض الأبناء الذين يسمح لهم آباؤهم بالبقاء خارج المنزل حتى الساعات الأولى من الصباح، ولكن قد لا تكون أنت راغبا في مصادقة أطفالك لمثل هؤلاء الأبناء بأي حال من الأحوال. من هنا يجب أن تتعاون على مراجعة هذه الأمور مع الآباء الآخرين. ولذلك يجب أن يفهم الطفل أنه يلف ويدور عندما يقول لك أن كل الأطفال يفعلون ذلك.

القاعدة العامة التي تلي ذلك ينبغي أن تختص بتحديد التجاوزات. وقد يتطلب ذلك منك شيئا من البحث. حاول أن تكتشف ماهية هؤلاء الأطفال المدمنين – أنهم عادة من رواد نوادي الفيديو، وحملات التسجيلات، ومحلات الرؤوس (أدوات تعاطي المخدرات)، مناطق التسوق، محلات الدراجات، أسواق بعض المستلزمات، بعض الشواطئ، الأنهار، البحيرات ومواقف السيارات – وحاول إبعاد أبنائك عن هذه العينات من البشر. الجأ إلى الشرطة المحليه وتعاون معها، فلديها القدرة على أن تدلك على الأماكن التي يحتمل أن تجد فيها المراهقين المدمنين. ويجب أن تعلم أن حفلات موسيقى الروك يجري فيها تدخين قدر معلوم من المخدرات. وإذا أردت لولدك ألا يغريه تعاطي المخدرات في البيئه الاجتماعيه يجوز لك أن تجعل من حفلات موسيقى الروك حداً يجب على ولدك ألا يتعداه. والموسيقى، بطبيعة الحال، تشكل الاهتمام الرئيسي عند المراهقين، وعليه فإن أفضل أسلوب للمراقبه هو أن تعرف من الذي يصادقه ولدك، ونوعية الحفلات الموسيقية التي يتردد عليها، وأن تضع لذلك حظراً مقبولا ومعقولا.

هناك من الأنشطة الصحيه قدر كبير يناسب الأطفال – الرياضه، الشواطئ، جماعات الشباب المدنيه، جماعات الشباب في المعابد والكنائس والمساجد، ..الخ – ويمكن من وضع القواعد الفاصلة التى يمكن تطبيقها على أبنائك. قد يتطلب الأمر منك انفاق المزيد من وقتك حتى يتسنى توفير الانتقال إلى تلك الأماكن والنشاطات البديله والإشراف عليها، وفى نظرنا أن الأمر يحتاج إلى مثل هذا الجهد وذلك العناء.

المدرسة هي أصعب الأماكن التي يصعب فيها السيطرة على تعامل الطفل مع المخدرات وقد كشفت دراسة أجراها كبار المسئولين في رابطة المدارس الموحده في لوس أنجيلوس، أن مايتراوح بين خمسة عشر وعشرين في المئة من طلبة المدارس صرحوا من خلال الإستبيان، أنهم كانوا يتعاطون المخدرات "معظم الوقت؟. ويرى بعض المسئولين في المدارس أن هذا الرقم منخفض ولا يمثل الحقيقه. ولكن هذا الرقم يتمشى مع الأرقام الأخرى التى من هذا القبيل في كل أنحاء البلاد. يضاف إلى ذلك أن مسئولي المدارس يعترفون بهذا الرقم ويسلمون به. زد على ذلك أن أقسام الشرطه المحليه تسلم بهذا الرقم أيضا. ومع ذلك لايستطيع أحد أن يوقف هذا الرقم أو يخفضه.

وقد حاول بعض الآباء، مؤخراً، تخفيض هذا الرقم في إحدى البلدان الصغيرة في ولاية أوهايو – وإصرارا من هؤلاء الآباء على تخليص مدارسهم من المخدرات فقد تقدموا إلى مجلس إدارة المدرسة وتطوعوا بالقيام بالإشراف على ملاعب المدرسة وممراتها وكذلك الإشراف على حافلاتها ومراقبتها. ورافق الآباء أبناءهم طول اليوم داخل المدرسة. وكانوا يعملون جنبا إلى جنب مع المسئولين في المدرسة. وبذلك استطاع هؤلاء الآباء أن يرسلوا لأبنائهم رسالة قويه مفادها أن المخدرات لن يتم التهاون معها في مؤسسة للأطفال يديرها الكبار. وقد استغرق هذا العمل وقتا طويلا واشترك فيه عدد كبير من الآباء، ولكنهم نجحوا فيه في النهاية. لقد عقد هؤلاء الآباء العزم على أن يوفروا لأبنائهم جوا خاليا من المخدرات ومن الضغوط إلى حد ما. وقد حققوا ما أرادو.

والطفل عندما يعقد عزمه على تعاطي المخدرات، يكون قد أخل بقاعدة من القواعد الأسرية المتفق عليها، قيمه من القيم الأسريه، وهنا لابد أن يكون الطفل على بينه من العواقب التى يمكن أن تترتب على تصرف من هذا القبيل. ولابد أن يفهم الطفل أيضا أن السبب في فرض هذه العواقب، هو أن الطفل نفسه عضو محبوب ومقدّر من أعضاء الأسرة.

المخدرات تنشر الاضطراب والهياج في الأسرة، وهنا يتعين على من تسبب في ذلك الإضطراب والهياج أن يواجه النتائج المترتبه عليه، وأن يواجه فعلته ويتحمل النتائج المترتبه على ذلك. النتائج المترتبه على ذلك، بالنسبة للمراهقين، قد تعني الحرمان من استعمال السيارة أو الذهاب إلى قسم الشرطه لتسجيل اعترافاته. وقبل كل شئ، فإن تعاطي المخدرات لايعد خرقا للقواعد الأسريه بل هو أيضا افتئات على القوانين المحليه، وقوانين الولايات وكذلك القوانيين الفيدراليه. إذا ما تطلب الأمر أن يقوم الطفل بزيارة قسم الشرطة، فإن السلطة الحكوميه يجب أن تحدد القانون أمام الطفل وأن يكون على بينه بمدى خرقه للقانون وخروجه عليه.

كما يتعين على المسئول الشرطي أن يوضح للطفل النتائج المستقبلية. وإذا ما استدعى الأمر ذهاب الطفل إلى قسم الشرطه مرة ثانيه، فيجب إفهامه الاتهامات التى يمكن أن توجه إليه. ومن الأفضل للآباء أن يتفاهموا مسبقا مع السلطات الشرطيه قبل اصطحاب الطفل إلى قسم الشرطة ليوضحوا له فيه الأسباب التى حدت بالأسرة إلى إرسال ولدها إلى القسم.

ويجب وضع النتائج موضع التنفيذ فورا وبدون تأخير. وفور اكتشاف المخدرات أو العثور عليها، يجب أن نتشكك في تعاطيها، وأن نشم رائحتها، ونتبين آثارها، ونضع العقاب موضع التنفيذ. تدريب الطفل على عدم تعاطي المخدرات لايختلف عن تدريب حيوان اليف على سرقة المنازل. وإذا ما ظهرت الصحيفه على قنطرة المفتاح في الوقت المناسب، فإن الحيوان الأليف سرعان ما يربط بين وجود الجريدة والعمل الذي يسخر به اللص الحيوان الأليف لسرقة المنزل. الأطفال بحاجة إلى هذا النوع من التدريب الأولي فيما يتعلق بالمخدرات. يجب أن نتناول هذه القضية باعتبارها الجانب السائب في الشعور بالارتياح والرضا عن تسلسل التعلم الكيمياوي: ينص تسلسل التعليم السلبي على: "من يتعاطى المخدرات يعاقب". وهنا يتضح أيضا أن مساعدة الأسرة للطفل لها أهميتها أكثر من قبل. لأن الرسالة الموجهة للطفل هنا تقول: "بوسعك أن تتعاطى المخدرات ونحن إلى جانبك".

وفي حالة كسر قاعدة المخدرات في الأسرة، يتعين على الوالد أن يفكر في مراجعة الطبيب أو طبيب الأطفال المحلي حتى يحدد للطفل تأثير المخدرات على الجسم بصورة موجزة. ويتعين أن تكون الزيارة التى من هذا النوع من قبيل الخبرات التثقيفية – لا قصة ترويع وتخويف. وهنا يتعين على الوالد أن يختار طبيبا مثقفا في المخدرات وصاحب آراء قوية ومؤيدة

فيما يتعلق بتعاطي الأطفال المخدرات. ومن المهم أن يكون الطبيب ملما بالموضوع الذي يتحدث عنه، وأن يكون واقعيا وليس مبالغا. والغالبية العظمى من الأبناء تفضل المحاولات التي تنطوي على التخويف والترويع، والسبب في ذلك أن الأطفال أنفسهم يتعاطون المخدرات بالفعل، كما أنهم يعرفون الكثيرين الذين يتعاطون المخدرات دون أن يقفزوا من النوافذ أو ينتحروا ويموتوا وإبر المخدرات في أذرعهم. ومن الأهميه بمكان أن ينفق الطبيب وقته في توضيح التوازن الدقيق داخل الجسم البشري وعملية النمو أثناء فترة المراهقه وما يمكن أن تحدثه المخدرات في مثل هذا التوازن. والأهم من كل ذلك، أن الطبيب يتعين عليه أن يعطى الأطفال المراهقين معلومات دقيقه عن المخدرات الآمنه"، والكحوليات، والغليون، والكوكائين.

وبعد أن تجعل الطفل يواجه النتائج التي سوف تترتب على تصرفه وبعد أن تكون قد أعطيته معلومات دقيقه عن تعاطي المخدرات، يجب أن تنسق مع آباء أصدقاء ولدك القيام بجهد جماعي في سبيل منع تعاطي المخدرات. والأمر هنا يحتاج إلى قدر من الدبلوماسيه. إياك، وأكرر إياك أن تستدعي والدا من آباء أصدقاء ولدك ثم تقول له: "انتبه، أظن أن طفلك سوزي الصغير يتعاطى المخدرات". أولا وقبل كل شئ، قد تتعرض لبعض الكلمات البذيئه، وقفل سماعة التليفون في وجهك. ولكن الأهم من كل ذلك، أنك بتصرفك هذا قد تقضى على فرصة من فرص التصرفات البناءه والمحادثات البناءه في هذا المجال.

وأفضل الطرق للتصرف في مثل هذا الموقف هى أن تطلب آباء الأطفال الذين نعرف أنهم أنداد ولدك الصغير وأن تقترح عليهم: "أنتم تعلمون أن أطفالنا يكبرون بسرعة جدا وأن الأمور تغيرت كثيرا ولكن من المهم لي، وأنا أعلم أن ذلك مهم لكم أيضا، أن نحافظ على سلامة أبنائنا وسعادتهم . وأنا أرى بعض الأمور التى تحدث من حولنا وتثير قلقى، فهل لنا أن نلتقى ونتناقش فى مثل هذه الأمور؟"

حاول أن تجمع مجموعة من أولياء الأمور على شئ من الشاي والحلوى في أمسية من الأمسيات. ويجب ألا يغيب عنك، عندما تتحدث إلى أولياء الأمور، كل ما تعلمته عن إنكار الوالدين وعن التواصل والتفاهم. لاتستعمل أسلوب القاء المحاضرات. وتلجأ إلى الملامه. لاتقل مثلا: "ريك، إبنك الصغير، أعطى ابنتي شيئا من الماريوانا." ولكن قل: "أظن أن أبناءك يجربون تعاطي المخدرات وأننا يجب علينا أن نتخذ موقفًا بشأن هذا الأمر. "قفل الخطوط مع الآباء الآخرين لن يساعدك في توضيح قضيتك وشرحها.

ولكن التجمع بعيون مفتوحه وآذان صاغيه يخدم الجميع. ويجب إعداد خطه جماعيه لمكافحة المخدرات.

عند هذا الحد تصبح جاهزا تماما لإشراك ولدك في الخطة التي تكون قد رسمتها للحفاظ على استقامته وصحته وسعادته. إن ولدك بحاجة إلى أن يفهم الأسباب التي تحدوك الي التدخل في تعاطيه المخدرات، كما إنه بحاجة أيضا إلى أن يقف على الأسباب التي تجعلك تكرس وقتك واهتمامك لوقف تعاطيه المخدرات. إن ولدك بحاجة إلى أن يعرف أن دافعك في كل ذلك هو حبك له وحرصك عليه – وليس العار أو الخجل. يجب أن يفهم ولدك أنك تفعل ذلك حبا فيه – لا لأن ذلك هو واجبك أو لأنك لا تريد له الاستمتاع بحياته أو أن يكون مثل بقية الأبناء والأطفال.

جهز مع ولدك جدولا للنشاطات. واتفق معه على برنامج للمراقبه. راقب استغلاله لوقته – بدءً من الأعمال المنزليه ومرورا بالواجبات الدراسية وانتهاء بالنشاطات الاجتماعيه والنشاطات اللامنهجيه. وهذا لايعني أن الوالد لابد أن يراجع جميع المواعيد، ولكنه يعني بالقطع العلم بأن ولده ذهب فعلا لمشاهدة فيلم من الأفلام، ولايعني أن الطفل لم يفصح عن ذهابه. ومن الأهميه بمكان أن يكون الطفل هو المعد الحقيقي لمثل هذا الجدول. يجب على الطفل أن يحدد أهدافه وأن يفهم هذه الأهداف فهما جيداً.

ويتعين على الآباء والأبناء أن يراجعوا الخطة أثناء الليل حتى يتأكد الطفل أنها خالية من الوقت الضائع والفراغ. وهذا قد يعني لبعض الأبناء، جدولة اليوم من وقت استيقاظه إلى موعد نومه. والطفل المتورط فعلا في تعاطي المخدرات سيكون بحاجة إلى جدول مكتوب. بعض آخر من الأبناء قد يستغلوا وقتهم استغلالا طيبا بمجرد تشجيعنا ومراقبتنا المستمرة لهم. المهم في الأمر، هو أن يهتم الطفل نفسه بالموضوع ويشغل نفسه به، ويحدد أهدافه الخاصة ويستفيد من وقته بطريقة بناءة. كثير من الأطفال الذين يجربون تعاطي المخدرات يفعلون ذلك لأن "أنا لا أعرف كنه ذلك الشيئ. ليس لدي ما أفعله. وأظن أني سوف أتسكع مع هؤلاء الأطفال على الشاطئ. فهم يبدون لي دوما وكأنهم يتمتعون بالحياة. "لو أن لك ولداً مراهقا، فمن المؤكد أنك سمعته يقول: "أنا أشعر بالضيق. ليس لدي ما أفعله. "لاتسمح للأبناء بشغل فراغهم بتعاطي المخدرات. حاول أن تشغل لهم أوقات فراغهم، ساعدهم على تحديد أهدافهم وكن على استعداد لإستثمار الوقت اللازم لتحقيق هذه الأهداف.

"ماذا فعلت اليوم فى المدرسة ياعزيزي؟" السؤال الذي من هذا القبيل لا يكفي. إذ لابد من التعاون مع الطفل لتفرض عليه استغلال وقته استغلالا جيداً. وإذا ما عجز الطفل عن الإلتزام بجدول محدد، أن يكون لديه شيئ من التنظيم الداخلي، فقد يكون ذلك بمثابة إشارة إلى أن تعاطي الطفل للمخدرات قد بدأ بالفعل.

التواصل

"لابد أنك تقول شيئا: فأنا أرى فمك يتحرك"

إذا كنت تظن أن أسرتك تعاني مشكلة من مشكلات المخدرات، فإن

التواصل في مثل هذه الحالة يكون أهم من ذي قبل. وهنا، يؤكد الكثير من الآباء أنهم يحتفظون بتواصل صريح وأمين مع أبنائهم. وأنهم يشجعونهم على الجلوس إليهم ليحكوا لهم مشكلاتهم. "أنا أطلب من أبنائي أن يتحدثوا معي في كل شيئ." والواقع أن الآباء لايتكلمون مع أبنائهم عن بعض الأشياء ولذلك فإن الأبناء لايتكلمون مع الآباء عن بعض الأشياء أيضا. والآباء يشعرون دوما بالدهشه إزاء أطفالهم عندما لايجلسون إليهم ويتحدثون معهم في الأمور التى تتعلق بالجنس والمخدرات. ومع ذلك، ينبغي ألا تصل دهشة الآباء إلى مثل هذا الحد.

الطفل يتعلم التواصل الصريح والأمين عن طريق الملاحظة، وطوال عملية النمو. وهو يتعلم مثلا عندما تقول الأم: "لاتقل لوالدك أنني سمحت لك أن تأخذ السيارة. "... أو عندما يقول الوالد: "رد على التليفون ولكن إذا كان المتكلم هو هاري Harry فقل له: أني لست موجوداً في المنزل" ... إو عندما يقول الوالدان: "لاتقل للعمه سوزي ما قالته الجده "إلخ هذه القائمة. الآباء عندما يفعلون ذلك يعلمون الأبناء المزيد عن التواصل الغامض المبهم غير الأمين مما لو قالوا :"بوسعك أن تتحدث معي عن كل شيئ وأي شيئ".

إبتكر شكلا من أشكال العلاقه الأسرية يكون فيه أعضاء الأسرة كلهم أمناء مع بعضهم البعض. وعلى سبيل المثال، بدلا من أن تقول لولدك أن يبلغ من يطلبك على التليفون أنك لست في المنزل، قل له أن يبلغ ذلك الطالب بأنك سوف تتصل به فيما بعد. ليس في الأمر شئ يدعو للكذب. ليس هناك ما يجبرك على القول بأنك في الحمام أو أنك لست في المنزل. وأنت عندما تلتزم الأمانه، إنما تضرب أمام ولدك مثلا على التواصل الصريح الواضح الأمين.

وبالطريقه نفسها، يجب على أفراد الأسرة ألا يحجبوا الأسرار عن بعضهم البعض. لاتقل لولدك أن والدته تعاني من الصداع ولن تحضر إلى غرفة المعيشه لمشاهدة التليفزيون عندما يكون من الواضح أنكما كنتما تتجادلان في غرفة النوم وأن الأم عابسة ومقطبة جبينها. هذا ليس من السلوك الأمين الصريح، ومن ثم ينعدم معه التواصل الصريح الأمين أيضا. إذا كان الوالد يتعاطى القليل جداً من الشراب، وتتظاهر بقية أفراد الأسرة بأن ذلك لايحدث، أو إذا كان كل عضو من أعضاء الأسره يعلم حقيقة مشاعر الجده ناحية زوجة إبنها ولكنهم لايأتون على ذكر ذلك، فذلك يعني أننا نضع أمام الطفل نماذج مفادها أن هذه الأسرة لديها بعض الأشياء التي لايمكن التحدث فيها، وهنا يترجم الطفل ذلك، بدوره، على أنه سبب يدعوه ألا يتكلم مع أسرته عن بعض الجوانب في حياته الخاصة .. وبخاصة تلك الجوانب القابله للجدل والنقاش.

تعلّم الأمانه عملية شاقه. والسبب في ذلك أن غالبية الناس بُرْمُجوا على أن يقولوا الأسهل الذي لايحتاج سوى القليل من الشرح والتفسير. التواصل الصريح يحتاج إلى المزيد من الوقت والفكر. ولكن إذا نجحنا في إقامة نظام للتواصل الأسري يقوم على الأمانه والصدق بحق، سيكون من الصعب على المدمن الحفاظ على سرية أسراره في إطار هذا النظام.

ونحن عندما نتعلم الكلام، فإننا نتعلم أيضا طريقة الكلام. التواصل مهارة من المهارات. ألا يدعو الأمر هنا للضحك والسخريه، إذ كيف تهتم غالبية البشر بتطبيق هذه المهارة في أعمالهم وفي المواقف الإجتماعيه، ولكنهم يغفلونها في منازلهم، التى هي فيها **أهم وألزم**؟ فإذا ما كان لدينا ولد متورط في تعاطي المخدرات، سيكون من الصعب عليها التحدث معه دون صراخ ، أو رجاء، أو إتهام – ومع ذلك نحن بحاجة إلى المزيد من التعلم.

البشر جميعا، بما فيهم الأبناء، يغلب عليهم ألا يستمعوا إلى التواصل العادل. والسبب في ذلك أن هذا النوع من التواصل يجعل المستمع يلتزم جانب الدفاع الى حد كبير. "إفعل هذا. لاتفعل ذاك." يجب أن تفعل هذا. من الخطأ أن تفعل ذلك." وما أن يبدأ التواصل، تكون خطوط المعركه قد تحددت ويكون كل واحد جاهزا للنقاش والجدل. توصيل إحساسك إلى ولدك عندما يتصرف على نحو معين أكثر جدوى وفاعليه من الصراخ والتصايح. إذ أن مثل هذه الطريقه تكون أجدى وأوضح، وبذلك تكون قد تركت الكرامة التى يستطيع معها أن يتخذ قراره الخاص بعدم توليد مثل ذلك الإحساس لديك مرة ثانيه.

الوالد الذي يقول لولده: "أنت لا تفكر في أحد سوى نفسك" يلقي محاضرة على ولده. يتهم ولده. والمراهقون لايعجبهم الجلوس للإستماع إلى موعظة تأتيهم من أعلى الجبل. كان بوسع مثل ذلك الأب أن يقول: "أنا أشعر بالغضب حقا لأنك تتسم بالأنانيه. أنت لاتهتم سوى بما تحتاج وهذا السلوك يؤذينا جميعا." الإقتراب من ولدك بهذه الطريقه ١) يمكن الوالد من توصيل إحساسه الداخلي إلى ولده، و٢) يبعد جميع احتمالات التوبيخ واللوم. وفي ظل المثال الأول:" أنت لا تفكر في أحد سوى نفسك" قد يجادل الطفل قائلا: "أنا أهتم بك فعلا. أنا بالقطع أهتم بما تفكر فيه أنت ووالدتي. " ولكن عندما تقول للطفل: "أنا أحس بالغضب لأني..." لايكون هناك مجالٌ للجدل والنقاش. الطفل هنا لاينكر عليك إحساسك الداخلي. قد يكون الطفل هو الخبير بسلوكه. ولكنك أنت خبير بمشاعرك.

هناك وصفه بسيطه لتوصيل المشاعر: "أنا أحس .... (إستعمل كلمة هنا من كلمات الإحساس لتملأ بها الفراغ) والسبب في ذلك .... (أورد في المكان الخالي أسباب ذلك الإحساس أو تفسيرا له)." والآباء عندما يتعلمون استعمال هذه الوصفه أو التركيبه البسيطه، عندما يتحدثون مع أبنائهم، يكونون على الطريق السليم المؤدي إلى تواصل سليم أيضا.

كلمات الشعور كثيرة، وتتباين حدتها أيضا. وكلمات الشعور هي: غضبان، سعيد، خائف، غاضب، حزين، مرتبك، دافئ، محبط، مذنب، خجلان، يؤذي. ولنبدأ بدراسة الكلمه الدالة على "سعيد" happy. فالمستوى المرتفع من السعادة هو "مبتهج" elated، "يملأه ابتهاجا" overjoyed أو "مسرور جداً" delighted. والمستوى المعتدل من السعادة هو "متهلل" cheerful أو "مسرور" glad أو "يضحك" amuse. أو "مقتنع" content. ولذا يجب عليك وأنت تتحدث مع ولدك أن تختار الكلمه الشعوريه والحدة اللتان تعكسان إحساسك بحق.

توصيل مشاعرك الداخليه إلى ولدك يمكن أن تستثير في ولدك استجابة لايستثيرها مطلقا رأي أو حكم. رسائل المشاعر هي أساس التواصل بين الأشخاص. وتفهم أفراد الأسرة لمشاعر بعضهم البعض هو الذي يجمعهم على العمل سويا، ويعيشوا سويا ويكبرون سويا.

ومع ذلك فإن تعلم الكلام وطريقة الكلام لايزالا مجرد جزء فقط من لعبة التواصل. وهنا يتعين علينا تعلم **الاستماع**. وهنا نقول من جديد، إن هذه المهارة يؤديها معظم البشر، على أفضل وجه، مع الغرباء. ترى، ماعدد المرات التى يقطع فيها فرد من أفراد الأسرة حديث فرد آخر؟ هل ينهي

أفراد الأسرة قصصهم التى يروونها بعضهم للبعض الآخر؟ هل يعارض كل منهم الآخر قبل أن يعطي المتكلم الأول فرصة الإنتهاء مما لديه من فكر؟ غالبية البشر يحدث رد فعلها تلقائيا على أي شخص آخر عقب خروج الكلمات الثلاثه الأولى من فمه، وعادة ما يكون السبب في ذلك هو توقع المستمع لما سيقوله الشخص الآخر، ومن ثم يروح يقاطع كلامه. ويكشف هذا الشكل من أشكال مقاطعة الكلام عن أنانية المستمع وحبه لمصلحته وجدول أعماله فقط، دون أن يلقى بالا لمصالح الآخرين أو مشاعرهم. رد الفعل الحقيقي في مثل هذه الظروف يكون على تاريخ مضى وأحكام ماضيه، وهذا كله يعطي المستمع إحساسا زائفا مفاده "أنا أعرف ماسيأتي بعد ذلك".

تعلم الاستماع في العائلات وأيضا في القرابات بان الأقل حميمية يعد مسألة استماع وإصغاء إلى رسالة كاملة إذ يتعين على المرء أن يصغي بأذنيه ويراقب بعينيه إذ أن مراقبة لغة جسم الشخص تقول، في بعض الأحيان الكثير عن رسالة هذا الشخص أو مشاعره الداخليه، أكثر مما تقوله كلمات ذلك الشخص نفسه. حركات جسم مثل هذا الشخص تضئ الرسالة التى تحملها كلماته. وفي عالم المراهقين، يسهل في أغلب الأحيان التعبير عن عمل معارض بحركة من العين أو الجسم أكثر منها عن طريق قصة متشنجه. ومعروف أن الزمان، المكان، نغمة الصوت، والأيدي، تعبيرات الوجه كلها توحي بما هو وراء الكلمات. "مابين السطور" – أو المتروك أو المحذوف إن صح التعبير – يكون في أغلب الأحيان مؤشرا أكثر وضوحاً عن الحقيقه أكثر من السطور نفسها. وأنت عندما تتكلم مع ولدك أثناء طهي الطعام أو غسل السيارة لاتقيم معه تواصلا من خلال العينين ويحتمل في مثل هذا الحال أن يضيع الجزء الأكبر من الرسالة.

ومن بين الحيل التى نلجأ إليها عند التشاور والتأكد أن تقول: "هل سمعتك تقول ...؟" أو أن تقول :"هل فهمتك تماما عندما قلت ...؟". هذه الحيل تفيد في التأكد من الفهم والتواصل إذا أردنا التأكد من أننا نرد على ما سمعناه وليس على ما **نظن** أننا قد سمعناه.

ونحن نجد الطفلة، في علاقة الطفلة بوالديها، تستعمل عبارة من قبيل "ولكن، والدتي". فقد تبدأ الأم مثلا في تفسير الأسباب التى تمنع الطفلة من حضور مباراة من مباريات الكرة أو حصولها على مصروف كبير، أو حضورها حفل موسيقى، أو تدخين الغليون أو أي شيئ آخر، وقبل أن تنتهي كلمات الأم تعترض الطفلة قائلة: "ولكن ياأماه...". الوالد نفسه قد يدخل في

هذا النوع من التواصل الكاذب عندما يلجأ إلى استعمال التعبيرات واللوازم التى من قبيل "لاتفعل" أو "لكن ياأماه".

الذي يحدث في ظل هذا النوع من التواصل هو أن أحدا لايصغي لأحد. والتواصل المعقول هو الذي يمكن أن يسير على النحو التالي. الإبنه: "هل تأذني لي بالذهاب . لمشاهدة مباراة كرة السلة هذا المساء؟ "الأم:" لا. لأن اليوم هو من أيام الدراسة والمدرسة وينبغي أن تبقى في المنزل وتنهي واجباتك." الإبنه: "لقد أنهيت واجباتي في المدرسة، كل شيئ ولم يتبق لي سوى واجب الهندسة وأستطيع أن أنهيه قبول دخول وقت المباراة".

بهذه الطريقه يستطيع كل شخص ان يعرف موقع الشخص الآخر. كل شخص هنا يرد على مايقوله الآخر فعلا، وليس على مايظنون أنهم قد سمعوه. وفي مثل هذا النوع من التواصل تربح كل الأطراف. فإذا كانت الإبنه، تقول الحق عن واجبها ولا تخدع أمها، فإن الأم سوف تسمح لها بحضور المباراه. سوء الفهم لا مكان له في هذا النوع من التواصل. إذ لايتطلب الأمر هنا دفع الأبواب أو الإنصراف في ظل سوء الفهم.

الخطوه التاليه من التواصل هي إقامة صله بدنيه حقيقية. إذ من المعروف إن الوالدين يتوقفان عن احتضان أطفالهما في فترة ما بين الطفولة وسن البلوغ. والآباء يعلمّون أطفالهم المصافحة وهم في سن السادسه. ومعروف أن أبناء السادسة من العمر بحاجة إلى الإحتضان اكثر من المصافحة. زد على ذلك أن أبناء السادسة عشر من العمر، شأنهم شأن أبناء السادسة من العمر وشأن أبناء الستين من العمر، يحتاجون إلى الإحتضان والحنان والرعايه والحمايه وتأكيد ثقتهم بذاتهم. والمحزن أن المجتمع الأمريكي أصبح ينظر إلى اللمس باعتباره مقدمة للنشاط الجنسي. وترتيبا على ذلك، فإن التوضيح البدني لدور الرعاية الأبوية يضيع من الأطفال عندما يصلون إلى سن الثالثة عشرة أو الرابعة عشرة. إذ من الخطأ احتضان الأبناء. إحتضان الأبناء يحفظ الحب والمساندة ويبقى عليهما عندما تفشل الكلمات في ذلك، عندما تتضارب مصالح أفراد الأسرة وتتعارض. والإفصاح عن المشاعر أسهل من التعبير عنها في أغلب الأحيان. والإحتضان يمكن أن يتحول إلى تأكيد دافئ مفاده "أنا أحبك" رغم مانحن فيه من قلق واضطراب، مفاده أن الأسره لاتزال هي ذلك المكان الآمن المحب حتى عندما ترتكب خطأ من الأخطاء. معنى ذلك أن الأحضان مهمة في عملية التشجيع والمساندة مثلما هي مهمة للتعبير عن الدفء والحرارة والمكافأه.

ونحن عندما نتعلم التواصل، يكون قد آن أوان تعليم أبنائنا إياه. التواصل ينبغي أن يكون شارعا ذى اتجاهين. ساعد ولدك على تعلم الكلام، وكيف يتكلم وكيف يصغي ويستمع إلى الغير علمه كيف يفهم قيمة الاحتضان واللمس. أنت نفسك بحاجة إلى مثل هذا الاحتضان.

الفرصة تتهيأ لنا أكثر لأن نترك انطباعا طيبا على حياوات أبنائنا بوصفنا آباءً إذا ما تعلمنا التواصل، تلقائيا وبدنيا... إذا ما تعلمنا الكلام مع بعضنا البعض والاستماع إلى بعضنا البعض... إذا ما تعلمنا ألا نخفى شيئا عن أطفالنا... إذا ما توافق سلوكنا مع السلوك الأمين الذي نتوقعه من أبنائنا. إذا كانت المخدرات موجوده فعلا في منزلك، فالأجدر بك أن تسارع إلى الإمساك بها. وإذا ما نجحنا في تحاشي وتجنب مشكلة من مشكلات المخدرات فالأجدر بنا أن نشكر الله وننتهز الفرصة وندخل منع المخدرات ضمن القواعد الأسرية والفهم الأسري والتواصل الأسري الذي يجري الالتزام به في المنزل.

قد يبدو كل ما أوردناه هنا عملا كثيرا مرهقا. إنه حقا كذلك إنه نوع من التطويق. مسألة إعداد جدول لتحرك الأبناء، الوقوف على الأماكن التى يرتادونها، وبمن يختلطون، والتأكد من أن لديهم مايفعلونه والإشراف عليهم، واتخاذ الإجراءات اللازمة عندما نشك أن إبنا من الأبناء يعاني مشكلة من مشكلات المخدرات، كل هذه الأعمال قد تبدو جافه ومرهقه، ولكنها أسهل بكثير من أن نصحوا في يوم من الأيام ونكتشف ضياع ابن من أبنائنا في عالم المخدرات. وإذا ما اكتشفت عدم جدوى ما تقوم به بصفتك أباً، فلا بد أن تكون على استعداد للتعديل بطلب العون والمساعدة الخارجية عن طيب خاطر.

قائمة مراجعة إجراءات الوالدين

١ – هل تستطيع تعرف الماريوانا إذا ما شاهدتها؟ أو إذا ما شممتها؟

٢ – هل في غرفة ولدك أشياء لاتستطيع التعرف عليها؟

٣ – مالذي سمعته أو رأيته في نشرات الأخبار وفي الشارع عن الأبناء والمخدرات في المناطق المجاوره؟

٤ – هل تتغير مجموعة أنداد ولدك تغيرا مفاجئا من حيث المظهر والأسلوب؟ هل يبدو على هؤلاء الأنداد أنه يتقمصون صورا جديدة، صورا جنسيه أو رجوليه جديده؟

٥ – هل يتورط ولدك في أصناف موسيقى الروك الصاخبه؟

٦ – هل يلجأ ولدك المراهق إلى أن يختبر مسألة الخروج عن حدود التسامح الأسري فيما يتعلق بأسلوب الملابس التى يرتديها، أو الأصدقاء، أو الموسيقى أو النشاطات أو فترات حظر التجول أو الأماكن التى يرتادها؟ وما الذي يحدث عندما يفعل ولدك ذلك؟ وهل يتحقق له مايريد، أم أن قواعد الأسرة تحول بينه وبين ذلك؟

٧ – من المسئول في المنزل، أنت أم ولدك؟ هل تخشى من فرض مواعيد الخروج والعودة إلى المنزل، أو القوانين الخاصة بالملبس؟

٨ – هل يقفل ولدك إلى غرفته بعد أن يعود إلى المنزل عندما يكون بصحبة أصدقائه؟ وهل يبدو ولدك عصبيا أو مراوغا أو قلقا وهو يحاول الابتعاد عنك؟

٩ – هل تخشى أن يكون الأبناء غير الأسوياء من أبناء الجيران، يؤثرون في ولدك؟

١٠ – هل حاولت الدخول في مناقشه صريحه وهادئة مع ولدك عن المخدرات؟ وهل كان ولدك مراوغا في هذه المناقشه؟ وهل قال لك أن المخدرات غير موجودة في محيط مدرسته؟ وهل تعتقد أن المخدرات موجودة في كل مكان؟ وهل بوسعك أن تجلس إلى ولدك الآن وتناقشه مناقشة صريحه في المخدرات؟ هل بوسع ولدك أن يخدعك أو يضللك في هذا النقاش؟

١١- هل استطعت الاتفاق مع ولدك علـى الحـد الأدنـى للصداقـات، والوقـت والموسيقى، والأنشطه وأي شيئ آخر، وهل يلتزم بهذا الاتفـاق؟ هـل تستسلم عندما يبدأ ولـدك فـي الإنتحـاب؟ هل تتغير حـدودك الفاصلـة بصفه مستمرة؟

١٢- هل تتحدث مـع ولـدك وأنـت تقـرأ الجريـدة، او تشـاهد التليفزيـون أو تعمل فـي المرآب - أم أنك تجلس وتبدأ معه الكلام بصورة جديه؟

١٣- هل تظن أن أسرتك جاهزه لبدء العمـل عندمـا يقـع أحـد أفرادهـا فـي مشكلة من مشكلات المخدرات ويكون بحاجة إلى العون والمساعدة؟

١٤- إذا وقع أو عندما يقع ولدك المراهق في مأزق، فمن أين تطلب العون والمسـاعدة؟ وهـل تعـرف إسـم أحـد الاختصـاصيين، فـي إحـدى المؤسسـات، الـذي يمكـن أن يسـاعدك علـى تحديـد مـدى خطـورة المشكلة، ويحدد لك أيضا المصادر التى تتيسر لـك فـي المنطقـة التـى تعيش فيها لخدمة وعلاج الأبناء الذين يعـانون مشـكلة مـن مشـكلات المخدرات أو الكحوليات؟

الفصل السابع

المساعدة والعلاج الخارجيان

"إبرام عقد جديد بالحياه"

إذا لم تنجح معنا تصرفات الوالدين، فذلك يعني أن احتمالية اندراج الطفل ضمن المرحلة الثانيه من مراحل تعاطي المخدرات عاليه جداً.

وهذه المرحلة الثانيه تحتاج إلى قدر من الإرشاد والتوجيه المهني والفني، شخص يساعدنا على السيطرة على المشكله بأسرع مايمكن. فلا تقسو على نفسك إن كانت المرحلة الأولى قد انصرمت دون أن تقف على حقيقة الأمر وقبل أن تضع قدميك على أرض صلبه. ويرجع السبب في صعوبة تدخل الوالدين في المرحلة الأولى إلى عدم وجود تغيرات سلوكيه أو عاطفيه أو بدنيه واضحة في هذه المرحلة.

ولكن، إذا ما راودتك الشكوك عن أية مشكلة من مشكلات تعاطي المخدرات فلا ترضى لنفسك بالجلوس انتظارا إلى أن يعترف ولدك بتعاطيه المخدرات. وحتى عندما يعترف ولدك بتجربة تعاطي المخدرات يجب ألا يغيب عنا قاعدة العشرة في المئه: "إن كل ما يقوله لك ولدك يحتمل ألا يزيد على عشرة في المئة مما يفعله حقيقة. فإذا ما اعترف ولدك بأنه جرب تدخين الغليون مرة واحدة فقط فقد يعني ذلك أنه يدخن الغليون أربعه إلى خمس مرات أسبوعيا. وإذا ما قال لك ولدك إنه دخن الغليون مرات تعد على أصابع اليد الواحدة فقد يعني ذلك أنه يثمل وينبسط يوميا. وربما كان ذلك الإنبساط يحدث أكثر من مرة في اليوم الواحد. والقضيه هنا لا تدخل في عداد الكذب عليك. وإنما تدخل في نطاق الإنكار – فولدك في مثل هذه الحالة ينكر عليك وعلى نفسه استعماله المخدرات.

والحقيقه المؤلمه تتمثل فى أنك، الوالد، قد تكون أقل الناس قدرة على تحديد متى وعندما يعاني ولدك من مشكله من مشكلات تعاطي المخدرات.

من هنا فإننا نكون بحاجة إلى شخص غريب مؤهل يساعدنا على تشخيص مشكلات المخدرات عند أبنائنا.

وأولى الخطوات على طريق طلب المساعدة والعلاج الخارجيان هي أصعب الخطوات – الاعتراف بأن ولدك يعاني مشكلة من مشكلات المخدرات وأن هذه المشكله تخرج عن نطاق سيطرتك. هذا يعني وصول إنكار الآباء إلى منتهاه. ولكن ذلك قد يعني وضع حدا للألم والغليان الأسري وبداية حياه أفضل وأصح لكل من الطفل المراهق والأسرة على حد سواء.

لا تنتظر إلى أن تتفاقم الأزمات. لا تنتظر دون عمل شئ إلى أن تقف وتضرب كفا بكف في غرفة من غرف الطوارئ في مستشفى من المستشفيات. حاول أن تبحث عن العلامات والمؤشرات الإنذاريه الباكرة.

لاتخش من اعترافك بطلب العون والمساعدة. والسبب في ذلك أن الآباء ليسوا متخصصين مؤهلين في مجال المخدرات. وليس مفروضا عليهم أن يكونوا كذلك. لا تتردد في طلب العون والمساعدة خوفا من أن تظن بقية الأسرة والجيران أنك مهموم. إن فعلت ذلك، فهذا تضييع للوقت. الوقت الثمين.

كيف نختار المساعدة المتخصصه

"لا تلجأ إلى علم النفس الشعبي، من فضلك."

العلاج متيسر وموجود، العلاج ناجح. ولكن ليس كل من يرفع لوحا بقادر على تقديم المساعدة التى تحتاج إليها. والسبب في ذلك أن علاج المراهقين من المخدرات عمل حديث نسبياً، بمعنى أن قدراً كبيراً من التجربه والخطأ يجرى الآن.

وسواء كانت المساعدة التى تطلبها من أخصائي نفسي، أخصائي اجتماعي، مستشار أسري، أو من طبيب يجب أن تختار المتخصص الذي ينظر نظرة واحدة دون تمييز إلى تعاطى المخدرات، كل أنواع التعاطي، على إنها خاطئه، وضاره. متخصص لايثق بالشرطيات أو العطفيات أو الاستدراكات في هذا المجال.

انتق شخصا يقر بمسئولية الكبار عن الصغار وهم ينتقلون من المراهقه إلى سن البلوغ وأن الأطفال ينبغي ألا نترك لهم حرية التصرف في حياتهم.

إياك أن ترسل ولدك إلى متخصص دون أن تزور ذلك المتخصص أنت بنفسك. وعندما تزور مثل هذا المتخصص، يجب أن تسأله سؤالين أساسيين لتحدد إن كان سيساعدك في انقاذ ولدك من المخدرات: (١) "أيها الطبيب، إنني في حيرة وارتباك. لقد قرأت الكثير عن الماريوانا. تقول بعض المقالات إنها ضاره، في حين تقول بعض الدراسات أنها ليست كذلك إذا لم تفرط في تعاطيها. وأود أن أعرف الحقيقه منك. هل ستصيب الماريوانا ولدي بالأذى أم لا؟" (٢) "أيها الطبيب، أنا مرهق ومتعب بحق" وأنا أحاول أن أكون أبا صالحا. لقد قرأت كل ما وصلت إليه يداي عن المراهقه ولكنه مخيف وجاف ويصعب فهمه. فكون الطفل مراهقا ليست عمليه سهلة وكوني والد المراهق فأمر أشد صعوبة، وأنا أود أن أكون عادلا. أود أن أعطي ولدي الحرية التى يحتاجها كي يكبر ويجرب الحياه بنفسه ولكني لا أود أن أفرط في إعطائه المزيد من الحرية. فهو يقول إنني متشدد معه وربما أكون كذلك. فهل يتعين عليّ احترام خصوصيته، أبتعد عن غرفته، ألا أتسمع مكالماته التليفونيه؟ أم أقوم أنا بنفسي بمراجعة الأشياء كي أتحقق من سلامته وحتى يقول لي الحقيقه؟"

ستعرف من إجابة المعالج على هذين السؤالين إن كنت قد إخترت الشخص المناسب أم لا. فإن أجابك مثل هذا المتخصص قائلا: "تعاطي المخدرات إشارة إلى أن هناك خطأ من نوع ما، شئ ما يحدث للطفل ولابد من فحصه." فاتركه على الفور. **تعاطي المخدرات مرض وليس عرض لمرض من الأمراض.** تعاطي المخدرات مرض أولي، لأنه يعد أساسا لأعراض أخرى. إنه مرض مزمن، لأنه مستمر. تعاطي المخدرات مرض تقدمي لأنه يزداد سوءً ولا يتحسن. إنه مرض مرحلى لأنه يسبب الوفاة.

أما إن قال لك: "الأبناء كلهم يتعاطون الماريوانا"، فغادر مكتبه فورا. لأن هذا الشخص من أولئك الذين يسلمون بأن تعاطي الماريوانا يشكل جزءً طبيعيا من تجربة المراهقه. لقد شطب، مثل هذا المتخصص، الماريوانا واعتبرها ظاهرة اجتماعيه، مجرد تطور من تطورات المراهقه شأنها في ذلك شأن موسيقى الروك السيئه جداً وملابس الجينز الضيقه. نحن بحاجة إلى شخص يساعدنا على تبين الإشارات الإنذارية الأولى واتخاذ الإجراءات العلاجيه على وجه السرعة.

وإن ضحك مثل هذا المتخصص ثم قال لك: "خلِّ عنك، ألم تجرب شيئا من هذا القبيل طوال فترة نموك؟ الأبناء كلهم يجربون. وهذا أمر

طبيعي" عاود الرجوع إلى صفحات المتخصصين في دليل التليفون وابحث عن متخصص آخر.

وإذا قال لك: "الكحوليات ليست مضره مثل المخدرات. فلماذا لاتسمح لولدك بتناول كأس من الشراب معك بين حين وآخر... أقصد في المناسبات الخاصة حتى يعرف ماهية هذا الشراب، أشبع فضول ولدك، وعندئذ لن يكون لديك ما يؤرقك أو يشغلك. والكحوليات ليست خطره على أقل تقدير." إن قال لك ذلك، فاتركه وشأنه.

أما إن قال لك أشياء من قبيل: "أنت متشدد جداً مع ولدك. إنه على وشك أن يجرب فرد جناحيه... وفي ظل تشددك هذا لن يستطيع ولدك تعلم الطيران مطلقا، لن يتمكن حتى من مغادرة العش، إذ لم يتمكن من تجربة بعض الأشياء بنفسه هو ... إمنحه الحريه كي يكبر، أعطه الحريه كي يتخذ قراراته بنفسه، سواء كانت هذه القرارات صحيحه أم خاطئة... سوف يتعلم ولدك من أخطائه. اتركه يعاني كبوه أو اثنتين وسوف يتزايد تعقله وإدراكه للأمور... الأشياء لم تعد مثلما كانت من قبل. الأبناء أكثر نضجا وتقدما في أيامنا هذه. إنهم يشاهدون التليفزيون، إنهم يشاهدون أفلام الحروب بالألوان الطبيعية وهم جلوس إلى موائد الطعام. إنهم يتسودون استعمال أجهزة الحاسب الآلي. لقد تعلموا، خلال فترة وجيزه، أكثر مما تعلمناه في حياتنا كلها ... ولن نستطيع أن نحميهم من العالم الذي يحيط بهم. إنهم على علم بذلك العالم. أرجو أن تصدقني أن ولدك لن يخيب ظنك فيه" إن قال لك ذلك، اتركه فورا واحذر الوقوع في شرك "الأبوه الدائريه" لمجرد أن مثل هذا المتخصص لديه درجة علميه يعلقها على جدار مكتبه. أمثال هذا المتخصص يعيشون في عالم من الفنتازيا. وأنت، في مثل الوضع الذي أنت فيه، بحاجة إلى الواقع، الكثير من الواقع.

داوم البحث إلى أن تعثر على ذلك المتخصص الذي يصارحك بأن الآباء يتعين أن يظلوا آباء والأبناء أبناء. وأن الآباء ينبغي أن يظلوا مسئولين عن أبنائهم إلى أن يتجاوزا مرحلة المراهقه إلى مرحلة البلوغ.

حاول أن تعثر على المتخصص الذي يسلم بخطورة تعاطي المخدرات. متخصص يفهم المضاعفات والمضامين التى ينطوي عليها تعاطي المخدرات، المتخصص الذي يحدوه أمل فعل شئ في سبيل منع تعاطى المخدرات.

وإذا ما استطعت من خلال التشخيص أن تعرف أن ولدك في مرحلة متقدمة من المرحلة الثانيه من مراحل تعاطي المخدرات، فسيصبح بامكانك

العمل مع المتخصص على مساعدة ولدك، من خلال التصرفات الأبويه القوية، والمشوره التخصصيه المسئولة – من دون أن تلحقه ببرنامج من برامج العلاج التي تقدمها المؤسسات المتخصصه.

ولكن الحالات التي تتجاوز المراحل الأولى من المرحلة الثانية من مراحل تعاطي المخدرات تتطلب إلحاق المدمن ببرنامج من البرامج العلاجيه في المؤسسات المتخصصه. وإذا ما بدأ الطفل يعالج نفسه بنفسه، يصبح من عاشر المستحيلات عليك أو على جلسات التعليم التي تعقدها مرتين كل أسبوع التأثير على تسلسل التعليم الكيمياوي الذي يمارسه الطفل.

وأهم الأشياء في تخليص الطفل من المخدرات، هو تخليص البيئه المحيطه به من المخدرات أيضا. وليس بوسع الآباء أو المتخصصين تحقيق مثل هذا الأمر. إذ من الصعب على الآباء أن يتواجدوا خلف صالات الألعاب المغلقه أثناء تدخين الغليون، ومن الصعب أيضا على الآباء أن يتواجدوا في حمام المدرسة حتى يراقبوا الصفقات التي تعقد هناك.

قالت إحدى الأمهات: "لم أكن أعمل ولذلك توفر لي الوقت لأشارك في حل مشكلة ولدي عندما اكتشفت أنه يتعاطى المخدرات. والتزمت دوما بهذا العمل. فقد كنت أقوم بتوصيل ولدي إلى المدرسة وإحضاره منها. كنت أراقب أوقاته ساعة بساعة عندما يكون في المنزل أو في المدرسة ولكني لم أفلح فيما كنت أفعل. فقد ازداد حاله سوءً. وبوصفي أما لم أستطع التحكم في البيئه المحيطه به تحكما كاملا لإبعاده عن المخدرات بعد أن وصل حاله إلى ماهو عليه".

لقد قطعت شوطا طويلا. فلا تتوقفي عند هذا الحد. لقد خطوتي. أصعب خطوتين في هذا السبيل: التسليم بأن لديك إبنا مدمنا والتسليم بأنك تحتاجين العون والمساعدة. وإذا وجدت أن ولدك متورط في تعاطي المخدرات إلى الحد الذي يحتم الحاقه ببرنامج من برامج العلاج واعادة التأهيل فلا تترددي في تحقيق ذلك.

قال قس بروتسنتي لولده: "عندما تركناك هنا منذ أربعة أيام، كان ذلك اليوم أقسى الأيام وأصعبها على نفسي. وأنا سعيد لوجودك هنا كما أنني سعيد أيضا لأننا خطونا الخطوة الأولى. أنا أحبك حبا جما... ياولدي". ثم انهمرت الدموع من عيني الأب.

الأم: "كنت أشاهدك وأراقبك وانت تقتل نفسك قتلا بطيئا. لقد ابتعدت عنا كثيرا. لقد تحولت إلى شخص ذو شخصية مزدوجة منها جانب خيِّر والآخر

شرير. لم أكن على يقين قط مما أستطيع قوله وما لا أستطيع قولـه ... بما في ذلك "صباح الخير"، لم أكن أعرف كيف سترد عليها. أنا أعلم ياولدي أنك سوف تتحسن هنا. إننـا بحاجـة ماسه إليك فـي بيتنـا ولكننـا نريدك مستقيما ونريد لنا أن نكون أسرة كما كنا من قبل".

ولكن أحذر. فقد تعثر أو تصـادف اختصاصيا يقـول لـك: إن ولـدك يعاني من تعاطي المخدرات منذ فترة من الزمن وأنه قد أصبحت لديه مشكله خطيرة من مشكلات تعاطي المخدرات ولكنه (الاختصاصى) علـى يقيـن مـن أنه يستطيع مساعدة ولدك عن طريق بعـض الجلسـات المركـزه. وقد يقتـرح عليك مثـل هـذا الاختصـاصى أن يحضـر إليـه ولـدك يوميـا بعـد عودتـه مـن المدرسة. لقد أوشكت هنا أن تصدق ذلك الاختصاصى. لقد أوشكت على منع ولدك من الذهاب إلى المدرسة مهما كلفك ذلك. وإياك أن ترتكب ذلـك الخطـأ الذي ارتكبه أحد الآباء في ولاية تكساس.

لقد أنفق ذلك الأب ٥٣٠٠٠ دولار على الاستشارات وبرامج العـلاج في المستشفيات (بواقع أربعة إلى ستة أسابيع في المرة الواحدة) لمجـرد أنـه لايريد الحاق ولده ببرنامج مـن برامـج العـلاج وإعـادة التـأهليل التـى قدمتهـا المؤسسات المتخصصه. ولايزال ولده يتعاطى المخدرات إلى يومنـا هـذا بـل إنه ترك منزل الأسرة وانتقل إلى منزل آخـر. إن كبريـاء الأب لـم يسـمح لـه بالاعتراف بأن ولده بحاجة إلى العلاج في برنامج من برامـج إعـادة التـأهيل المتخصصه. حسن، لايزال الأب محافظا على كبريائه ولكنه خسـر ٥٣٠٠٠ دولار، كما خسر ولده أيضا.

ولعلنا نتدبر حال هذين الوالدين اللذيـن انفقـا مـايزيد علـى ١٥٠٠٠٠ دولار على مجموعة مـن الأطبـاء النفسـيين والإخصـائيين النفسـيين وغـرف الطـوارئ والمستشـفيات العلاجيـه والمستشفيات النفسـيه فـي محاولـة منهمـا للوقوف على ذلك الذي أصاب ابنتهما – وذلك بعد أن أنفقا ثلاث سنوات فـي إنكـار أنهمـا بحاجـة إلـى العون والمسـاعدة. لـم يقـل لهمـا أحـد مـن هـؤلاء الاختصاصيين أن ابنتهما تعاني مشكله مـن مشـكلات المخـدرات وإنمـا علـى العكس من ذلك، سأل أحد الأطباء ابنتهما عن نوع المخدر الذي **تريده**. كما صرفت لها أحدى المستشفيات مخدرات بلغت قيمتها ٩٥٠ دولار على امتداد إحدى وعشرين يوما، كما أعطاها مستشفى آخر جرعـات مـن المخـدر أكـبر من الجرعات المسموح بها.

ولم تكتشف هذه الأسرة أن ابنتهـا تعـاني مشكله مـن مشـكلات المخدرات إلا بعد تسع سنوات من بداية معركة هذه الأسرة مع المخدرات، وأنها بحاجة إلى العون والمساعدة لتخليص ابنتهما من هذه المشكله.

اطمئن إن كنت قد وصلت إلى هذا الحد إطمئن أن كنت قد اعترفت إن ولدك يتعاطى المخدرات، إطمئن إن كنت قد اعترفت أنك بحاجة إلى المساعدة الخارجيه، اطمئن إذا كنت قد اعترفت أن علاج ولدك لن يتم إلا من خلال برنامج لعلاج وإعادة تأهيل المدمنين، إن كنت قد اعترفت بكل ذلك، فهذا يعني أن الأمور تسير معك على مايرام. ويجب أن تعلم، عند هذا الحد، أن كل أنواع البرامج العلاجيه والتأهيليه متوفرة. ولابد أن تحرص وأنت تختار البرنامج مثل حرصك عندما كنت تختار المتخصص. ترى، ما الذي نبحث عنه ونتطلع إليه؟

بيئه خاليه من المخدرات

البيئه الخاليه من المخدرات لاتعني المكان الذي لاتصل المخدرات فيه إلى ولدك والتى لايستطيع ولدك فيه الوصول إلى المخدرات. البيئه الخاليه من المخدرات هي ذلك المكان الذي يستطيع فيه ولدك أن يتخلص من المخدرات الموجودة فعلا في جسده. يجب أن يستمر برنامج العلاج مدة لاتقل بأي حال من الأحوال، عن تسعين يوما. ترى، ماسبب ذلك؟

معظم الأبناء الذين يتعاطون المخدرات يستعملون الماريوانا، ومعروف أن مادة تي. اتش. سي THC الموجوده في الماريوانا هي أصعب المواد عند تخليص الجسم منها. وبوسعنا أن نأخذ أي سكير من الشارع وتخلِّص جسمه من سموم الكحوليات خلال أربع وعشرين ساعة فقط. وبوسعنا أيضا تخليص مدمن الهيروين أو المورفين من السموم الموجودة في جسده، فضلا عن شفائه أيضا من الآثار المترتبه على الإنسحاب، خلال مدة تتراوح بين أربعة وخمسة أيام. ولكن سيجارة الماريوانا تتخلّف عنها مادة تي.اتش.سي THC التى تتراكم في أنسجة الجسم نظرا لأن الجسم لايستطيع التخلص من هذه المادة. ويترتب على ذلك أن كيمياء الجسم في الأبناء الذين يتعاطون الماريوانا بمعدل أربعة إلى خمسة مرات أسبوعيا، ويدخنون مايتردد بين ثلاث إلى أربع سجائر يوميا، لاتكون نظيفة مطلقا. وبذلك تستقر مادة تي. اتش. سي THC في أنسجة الجسم الدهنية، بما في ذلك المخ وفي أنسجة الغدد التى تفرز الهرمونات، التى ترسل الرسائل الكيمياوية إلى بقية الجسم.

وترتيبا على ذلك، فإن الطفل المدمن قد يظهر شيئا من التحسن مع استمرار عملية إعادة التأهيل، ثم يستلقي على وجهه في نهاية التسعين يوما المخصصه لتخليص الجسم من مادة ال تي.اتش.سي THC. ومعروف أن مادة تي.اتش.سي تحول بين الطفل وبين أن يكون مخلوقا مفكرا، مخلوقا حساساً. من هنا فإن التغييرات النفسيه في الطفل قد تصل من القوة حداً يترتب عليه إلغاء النتائج التى أمكن الوصول إليها بعد أسابيع عدة من العلاج. والعلاج الحقيقي للمخدرات التى من هذا القبيل لايمكن أن يبدأ إلا بعد تخليص الجسم تماما من الكيمياويات. وأي برنامج علاجي تقل مدته عن تسعين يوما معرض للفشل إلى حد بعيد.

والبيئه الخاليه من المخدرات هي البيئه التى يمكن أن يحدث فيها العلاج. وهذا يعني بالتبعيه ابعاد المخدرات، جميع المخدرات، جميع الكيمياويات التى تتسبب في تغيير الحالة النفسية، عند الطفل. وإياك أن توافق على برنامج للعلاج يصف لولدك المخدرات المسموح بتداولها استهدافا لمتعه من تعاطي المخدرات غير القانونيه.

تعاطي المخدرات بوصفه مرضا

حاول العثور على برنامج يعالج تعاطي المخدرات بوصفه مشكلة، وليس عرضا لمشكلة من المشكلات. قد يكون صحيحا أن مشكلات ولدك مع المخدرات لم تبدأ إلا بعد طلاقك لزوجتك ولكن من رأينا أن الوقت ليس وقت معالجة مشكلة الطلاق. مطلوب منك أن توقف مشكلة تعاطي المخدرات أولا ثم تساعد ولدك بعد ذلك على تفهم الطلاق ودوافعه والتعايش معه.

وحدات الطب النفسي في المستشفيات – التى ينتهي إليها الكثير من المراهقين الذين يتعاطون المخدرات – وكذلك الاخصائيين النفسيين وإخصائي الطب النفسي يغلب عليها التعامل مع تعاطي المخدرات من منطلق أنه عرض لخطأ من نوع ما يجري في الأسرة أو يحدث للطفل نفسه وتنتهي هذه الوحدات وهؤلاء الإخصائيين إلى معالجة العرض في الوقت الذي يستشري فيه المرض. والأطفال المدمنين، لايهمهم الذهاب إلى وحدات المخدرات في المستشفيات لأنهم يتعلمون بسرعة كيف يحصلون على خدم ضعاف الأجور، يقومون على أمر تزويدهم بالغليون أو الكحوليات.

أسلوب الحياه الخالي من المخدرات

يجب أن تبحث عن برنامج يساعد الطفل على ابتكار خطة للتقشف في حياته. تعاطي المخدرات مثل إدمان الكحوليات تماما. فمن يدمن

الكحوليات مرة، يدمنها دوما. والطفل عندما يدمن يظل مدمنا. الأمر هنا كما لو كان هناك ما يمكن أن نطلق عليه اسم المدمن السويّ – شخص يعرف أنه مدمن للكحوليات، ولكنه قرر التخلص من الكحول ويعرف أيضا أنه لن يعاود شرب المسكرات مطلقا مرة ثانيه طالما بقى على قيد الحياه، وهذا هو حال المراهقين المدمنين. فالبرنامج العلاجي لايغلف بالسكر الحقيقه التى مفادها أن الطفل الذي أدمن تعاطي المخدرات يتعين عليه أن يحيا بقية حياته وهو مدمن. وهذا يعني بالتبعيه أنه لن تكون هناك مخدرات أو كحوليات. والبرنامج العلاجي يتعين أن يعطي الطفل المساعدة البدنيه، والنفسيه والعاطفيه التى يحتاجها حتى يتسنى له اتخاذ قرار من هذا القبيل والإلتزام به.

عندما بدأ الأطفال إثارة المشكلات، أدى ذلك إلى الإمساك بالمجتمع العلاجي وهو في وضع لايحسد عليه. إذ لم يكن هناك أي برنامج في أي مكان من البلاد لمساعدة الأبناء، والأبناء الصغار، على التخلص من عادة تعاطي المخدرات. ففي البدايه، كان الأطفال مدمني المخدرات يعالجون في وحدات علاج مدمني المسكرات أو في وحدات إدمان الهيروين – وفشل هذان النوعان من الوحدات فشلا ذريعا في تقديم العلاج المطلوب. ولم يحدث قبل منتصف السبعينات أن أصبحت هناك وحدات وبرامج متخصصه لعلاج إدمان المراهقين المخدرات.

زد على ذلك، أن الأطفال المدمنين لايمكن علاجهم بالطريقة نفسها التى يعالج بها الكبار. والسبب في ذلك أن الشّارب الإجتماعي – الذي أقر المجتمع مؤخرا أنه مدمن محتمل من مدمني الكحوليات – استغرقت عملية إدمانه فترة تتراوح بين عشره واثنتي عشره سنه. ولكن إدمان الطفل، يستغرق شهورا فقط، فترة تتراوح بين ثلاثة وستة أشهر، يصبح الطفل بعدها مدمنا. ولعل هذا هو السبب في أننا كلما بادرنا وعجّلنا في طلب المساعدة تحسنت فرص إنقاذ أبنائنا.

علاج الأسرة

يحتاج البرنامج الجيد إلى إشراك الأسرة وعلاج كل أفرادها. ويجب ألا يغيب عنا، أن تعاطي المخدرات هو مرض من أمراض المنظومات الأسريه. وبدون علاج أنداد مدمن المخدرات فإنهم يصبحون معرضين للتورط في تعاطي المخدرات. زد على ذلك أن عائلة المدمن اعتادت التمكين، وما لم يتم علاج أفراد الأسرة التى من هذا القبيل فإنهم سوف يواصلون تمكين المدمن. وعلاج أفراد أسرة المدمن هو الطريق الوحيد

لإخراجهم من المشكله حتى لايصبحوا جزء منها ... وهذا يحولهم إلى جزء من حل المشكله. واستهدافا لمساعدة الطفل المدمن علـى التحسن: (١) يجب على الوالد أن يصالح نفسـه مـع مشـاعره الخاصـة عـن الإدمـان الكيميـاوي، تعـاطي كـلا مـن المخـدرات والكحوليـات. (٢) يجـب أن يكـون الوالـد عليمـا بالمخدرات، ومايسببه تعاطيها للجسم، وشـكلها وطريقـة تعاطيهـا. (٣) يجب أن يفصل مشاعره الخاصة بالقيمـة الذاتيـة عـن مشـاعر ولـده. والوالـد الـذي يقول لنفسه:"لو لم أخدع كأب ما تعاطى ولدي المخدرات. أود أن أخفي ذلـك. آمل ألا يكتشف أحد هذه الحقيقه"، لن يكون أمينا وصريحـا فـي عمليـة إعـادة التأهيل. (٤) يجب ألا تكون هناك مؤامرات عائليـة. فـالأم لايمكـن أن تتـآمر مع ند من الأنداد على إخفاء شيئ عن الوالد حفاظا عليه من الغضب وارتفاع ضغط الدم. والأبناء لايمكن أن يتآمروا على الآباء. كما أن الآباء لايمكن أن يتـآمروا علـى الأبنـاء. ويتعيـن علـى الأسـرة كلهـا أن يهتـم بعضـها بـالبعض الآخر، من خلال الأمانة والعمل الجماعي.

استشارة الأنداد

في ضوء ما توصل إليه برنامج **المدمنـون المجهولـون** Alcoholics Anonymous وبرامج إعادة التأهيل الأخرى" فإن أولئك الذين يعانون مشـكلة الإدمان" يمكـن أن تقـدم لهـم يـد العـون والمسـاعدة عـن طريـق "مـن يعـانون المشكلة نفسها ولكنهم يعالجون منها". وهذا الشيئ يصدق أيضا علـى مدمنـي المخدرات المراهقين. وإذا ما سلمنا بضغط الأنداد الذي تنطوي عليـه عمليـة جر الطفل إلى تعاطي المخدرات، نجد أن برنامج العلاج الجيد يحـول ضغـط الأنداد هذا لصالحه. فالأنداد بصفه خاصة، هم الأنسب في العمل مع جماعـة المراهقين السيئه والسبب في ذلك أنهم يسـهل خداعهـم عـن الكبـار. والأبنـاء الذين حضروا مثل هذه البرامج بأنفسهم يستطيعون تمييز الحقيقه عن الخيـال ويساعدون في كسر عملية الإنكـار. وهـذا هـو مـا يطلـق عليـه نظريـة "أنـت لاتستطيع أن تخدع مخادعا".

أدوات العلاج

يفيـد كثيـر مـن البـرامج العلاجيـه مـن أدوات التغيـير التـى يسـتعملها البرنامج العلاجي الشهير **المدمنون المجهولون** وتنظر هذه البرامج إلى هـذه الأدوات باعتبارها أساساً لعلاج المراهقين. والأدوات العلاجيه التي يسـتعملها برنـامج المدمنـون المجهولـون والتـى ثبتـت فاعليتهـا تشـتمل علـى : (١) ***الإعتراف بأني لاحول لي ولا قوة مع المخدرات وأعتقـد أن قـوة أكـبر منـى***

قادرة على أن تعيدني إلى صوابي. وهذا يعني ببساطه أن الطفل لابد أن يعترف بأنه لا سيطره له على المخدرات وإنما هي التى تسيطر عليه وأنه يحتاج إلى المساعدة استهدافا للتغيير. (٢) ***إتخاذ قرار بتحويل إرادتي وحياتي صوب مراعاة الله بحق***. عند هذا الحد، وبعد أن يكون الطفل قد اعترف بوجود المشكلة، يتحتم عليه اتخاذ قرار بشأنها. وهنا قد يحاول الطفل استعادة سيطرته على حياته عن طريق الإيمان بالله واتكاله عليه، أو ثقته بالكون المحيط به، منظومة قيم قوية، أسرته أو عن طريق مخلوق آدمي آخر – حسبما يراه هو مناسبا. (٣) ***أن أحدد لنفسي يوميا قائمه تفتيشيه جزئيه***. هذا يعني أن كل طفل سوف يلقي نظرة جادة على مشكلته ثم يحدد بعدها الأهداف التى تساعده على حل المشكله. زد على ذلك أن التعبير المأخوذ عن برنامج المدمنون المجهولون "ذات يوم في وقت من الأوقات "يمكن تطبيقه هنا أيضا. والهدف من هذا التعبير هو مساعدة المدمن على تحسين إحساسه بسيطرته على نفسه ومساعدته على إعادة بناء إحساسه بقيمته الذاتيه والأطفال عندما يتعلمون تحديد الأهداف يبدأون بالأهداف الصغيرة، الأهداف التى يستطيعون التعامل معها، أهداف يومية، ثم ينتقلون بعد ذلك أهداف أكبر. (٤) أن ***أعترف على الفور أمام الله، وأمام نفسى وأمام مخلوق آدمي آخر بطبيعة الأخطاء التى ارتكبتها***. هذه الأداه هي ببساطه نهاية الإنكار، خطوة مهمه في عملية العلاج. والطفل المدمن الذي يبدأ بالإعتراف أمام نفسه وأمام الآخرين بما فعلته المخدرات في حياته يكون قد بدأ يشق طريقه صوب بداية جديدة. (٥) ***إحداث تعديلات مباشرة مع الناس كلما أمكن ذلك وباستثناء إن كانت مثل هذه التعديلات ستضرهم، أو تضرني أو تضر الآخرين***. تعليم المدمن القول: "أنا آسف" للألم الذي نتج عن تعاطيه المخدرات يعد جزء من عملية إعادة بناء القيم التى يتحتم على الطفل المراهق أن يمر بها وتعليمه إصلاح الضرر الذي ترتب على تعاطيه المخدرات أمر ضروري في استعادة المدمن لاحترامه لذاته. (٦) ***بعد أن أتسلم هبة الوعي، سوف أمارس هذه المبادئ في شئوني اليوميه كلها وسوف أنقل هذه الرسالة إلى كل من أستطيع مساعدته***. وهذه الأداه تعني أن المرء يحيا حياته بطريقه يستطيع أن ينقل من خلالها إلى الآخرين إحساس قوي بالقيم وبالكيف Quality أيضا.

عملية العلاج المكثف

أفضل برامج العلاج هي تلك التي يكون العلاج فيها قويا ومنظما. والبرامج التى تبدو في ظاهرها عسكرية أو سلطوية تعد أفضل الوسائل

لاستعادة المنطق والنظام إلى أسلوب حياة يتسم بالفوضى والإدمان. فنحن لا يمكن أن نعالج السرطان باستعمال الأسبرين، أليس ذلك صحيحا؟ وبالمثل أيضا، نحن لايمكن أن نعالج تعاطي المخدرات عن طريق الجلسات. بعض برامج العلاج تحبذ عقد اجتماع يومي للجماعة كلها، كما تحبذ قليلا من التشاور الفردي، كما تحبذ أيضا قضاء الجزء الأكبر من الوقت في مشاهدة التليفزيون، وكرة الطاوله وفي التسكع هنا وهناك. والبرنامج الفعال هو ذلك البرنامج الذي يداوم على شغل الأبناء في مهام علاجيه من طلوع الفجر إلى موعد النوم. وربط البيئه بشغل وقت المدمن يساعد المدمنين الصغار على مقاومة الرغبه في الثمول والإنبساط. والبرامج الجيدة تحدد أوقاتا منتظمه لتناول الوجبات، على أن يتم إشغال ماتبقى من وقت المدمن بأنشطه مبرمجه، من بينها العلاج الجماعي، العلاج الفردي، وكذلك الإجتماعات التى من قبيل الاجتماعات التى يعقدها برنامج **المدمنون المجهولون**، والأنشطه الترفيهية المنظمة، الجماعات التعليميه التربويه الخاصة بالكحوليات، المخدرات والإدمان الكيمياوي. والأطفال المدمنين بحاجة إلى بيئة منظمة يعيدون فيها تأهيل أنفسهم. فقد ضاعت منهم الأهداف كلها، النظام كله، التركيز كله، ضاعت منهم أسس الواقع كلها في حياواتهم، ولذلك كلما سارعنا بإعادة النظام إلى حياتهم أدى ذلك إلى ترسيخ أقدامهم. واحذر أن تكون واحداً من أولئك الآباء الذين يندفعون ويقولون: "إنك تقسو كثيرا على ولدي". لأن مثل هذا القول يدخل في نطاق التمكين. إن ابنك الحبيب ستكون معاناته وهو بين يدي اختصاصي المخدرات المؤهل أقل من معاناته في الشوارع وهو يتعاطى المخدرات مع أصدقائه. والآباء في أغلب الأحيان، يخرجون أطفالهم من برامج العلاج لأنهم لايطيقون رؤية أبنائهم وهم متقيدون بالنظام الذي يتطلبه السواد الأعظم من برامج العلاج وإعادة التأهيل. وهذا هو أبشع الأعمال التى يقوم عليها الأب. لأن إتيان مثل هذا العمل يقول للطفل: إن الوالد سوف يحميه من النتائج الكبيرة والسيئه التى تترتب على تعاطيه المخدرات. وبرنامج العلاج يجب أن يكون مركزا ومنضبطا حتى يكتب له النجاح، فكن مستعدا لا لتوقع مثل هذا البرنامج وإنما للعثور على برنامج يتوفر فيه مثل هذا التركيز والانضباط.

إستعادة التكامل الإجتماعي

تساعد برامج العلاج الجيدة المراهقين بصورة مضطردة على بناء مجالات حياواتهم كلها بما في ذلك الأسرة، المدرسة، الصداقات، وقت الفراغ وكذلك المواعيد. غير أن النجاح في العودة إلى تلك المجالات في أسلوب

حياة المراهقين تتطلب من برنامج العلاج نفسه أن يفرض على المراهق المدمن مراقبه قويه ومستمره. والأبناء لايمكن أن نتوقع لهم الحياه إذا ما اضطروا إلى العوده إلى بيئتهم القديمة الخالية من القيود دون عون منا أو مساعدتنا لهم. وبرنامج العلاج الجيد هو ذلك البرنامج الذي يحدد المجالات التى يمكن للطفل أن يختبر فيها أدواته الجديدة الخاصة بالتعامل مع الأحداث والمشاعر. وأول هذه المجالات هو الأسرة بطبيعة الحال. فالطفل المدمن عندما ينهي مرحلة الإقامة العلاجيه يعود بعدها للعيش في منزله، حيث يتعين عليه أن يساير ضغوط الحياه السرية ويواجه أيضا المشكلات الأسرية التى ربما تكون قد نتجت عن تعاطيه المخدرات. والطفل عندما ينجح في هذا المجال الأول، ينتقل إلى المجال الثاني الذي يجب أن يتعلم العمل فيه هو مجال مجموعة الأنداد، وهذا يعني بطبيعة الحال عودة الطفل إلى المدرسة. وربما كانت هذه النقطه أصعب وأهم النقاط في مسألة إعادة تكامل الطفل المدمن اجتماعيا. ولذا، فإن هذا المجال يحتاج إلى مراقبه جادة من جانب البرنامج العلاجي. والأمر يسير على هذا النحو فعلا. ويبدأ الطفل في مواجهة مراحل حياته واحدة بعد أخرى. وقد تحدث بعض العقبات الإجتماعيه الخفيه أو غير المتوقعة عندما يتعين على الطفل اتخاذ قراراته بنفسه فيما يتعلق باستغلال وقت فراغه – ذلك الفراغ الذي يملأه الناس عادة بالأشياء التى تجعلهم يشعرون بالإنبساط ومن ثم تهيئة فرصة مواتيه للطفل المدمن كي يتذكر خلالها ذلك التسلسل التعليمي القديم ويقول: "طظ في كل شيئ، أنا أستطيع شغل ذلك الفراغ بالإنبساط والتمول" . وهذه الأوقات بالذات هي التى يتحتم أن يقف فيها العاملون في مجال العلاج بالقرب من المدمن، وعلى استعداد للانقضاض على المقوَد، والإمساك بالأبناء من أعناقهم، وينقونهم مما علق بهم، ثم يعيدونهم إلى عملية العلاج. أما مسألة فتح باب مركز العلاج وطرد الطفل منه إلى عرض الشارع، بالطريقه التى غادر بها أدوارد جي. روبنسون السجن، فأمر غير حقيقي ولا يمت إلى الواقع بصله. ويجب تحميل الأطفال المسئولية شيئا فشيئا.

ومن الضروري أن نتذكر هنا أن المخدرات قاطعت عملية النضج. انتقال المراهق من مرحلة المراهقه إلى سن البلوغ أوقفه تعاطي المخدرات في منتصف الطريق. ولعل هذا هو السبب أن نجد مدمنا مراهقا يبلغ من العمر سبعة عشر عاما. ولكن نضجه يتساوى مع نضج مراهق آخر يبلغ من العمر ثلاثة عشر عاما. ويتعين على البرنامج العلاجي أن يعيد الإبن المدمن إلى مشوار نموه ونضجه وذلك عن طريق مساعدة الطفل على تعرف الأسئلة ثم العثور على إجابات لها. "من أكون؟ كيف أنظر إلى نفسي؟ ما

الحال التى أود ان يعرفني الآخرون بها؟" مسألة الشخصيه الجنسيه يجب تناولها أيضا إضافة إلى أن برنامج العلاج يمكن أن يساعد الطفل على الإجابه عن الأسئلة الخاصة بالشخصيه الجنسيه التى من قبيل: "كيف أنظر إلى نفسي بوصفي ذكراً أم أنثى؟ كيف أرى نفسي في ضوء علاقتي بالجنس الذي أنتمى إليه؟ كيف أرى نفسي في ضوء علاقتي بالجنس الآخر؟"

ويتعين على برنامج العلاج أيضا أن يساعد الطفل المدمن على تنمية آليات التغلب على المشكلات لديه – الأدوات الداخليه التى تساعد الطفل على التعامل مع أفراح الحياة وأتراحها عندما يصبح من غير المناسب للوالدين القيام بهذا العمل نيابة عن الطفل. وهذه الأدوات الداخليه تساعد الشخص على مواجهة التغير دون أن يخسر ثباته الأساسي. والكبار عندما يريدون التصرف مثل الأشخاص الأصحاء يتحتم عليهم أن يطوروا المعدات العاطفية الداخلية على نحو يسمح لها بالتحليق بين قمم الحياه ووديانها دون أن يفقد الكبار توازنهم العاطفي. أما المراهقين، المعرضين للتقلبات النفسيه الكبيرة، فهم بحاجة أيضا إلى أن يتعلموا كيف يتعاملون مع التغيرات العاطفية دون أن ينفرط العقد منهم. غير أن المراهقين المدمنين سرعان ما يتعلمون أن الواحد منهم عندما ينحدر إلى واد من الوديان فإن المخدرات سوف تنقله إلى قمة من القمم. من هنا يجب أن يوفر البرنامج العلاجي الشيئ الذي يستطيع به المدمن مواجهة التغير العاطفي بدون المخدرات وفي غيابها.. وذلك في وجود جوانب القوة العاطفية الداخليه.

كما يتعين على متعاطي المخدرات أن يقر ويعترف بأن المخدرات هي التى تتحكم فيه وأنها هي التى تدمر حياته، وذلك قبل أن يشرع المدمن في إعادة بناء حياته من جديد.

وبداية العلاج تشبه مشروع الحفر، مساعدة الأبناء على استخراج سلوكهم القديم بكامله، المتاعب التى خلقها ذلك السلوك، والمشاعر والأحاسيس السيئه التى أمكن التغلب عليها وقمعها. يجب على الأطفال المدمنين، أن يستخرجوا هذه المشاعر المدفونه، أثناء عملية العلاج. لابد أن يتكلم الأطفال عن ماضيهم أثناء العلاج، ويتكلمون أيضا عن سلوكهم، وعن آلامهم، عن العار، عن الذنب الذي صاحبهم طوال تعاطيهم المخدرات. يجب على الأطفال المدمنين أن يتكلموا مع الأطفال الآخرين الذين حضروا برنامج العلاج – عن الأشياء التى اقترفوها بسبب المخدرات؛ الأبناء بحاجة إلى أن يكشفوا مشاعرهم للأبناء الذين سوف يضطرونهم إلى التعامل بأمانه وصدق مع الآلام والأذى الذي دفنوه في أعماقهم. والأطفال عندما يبدأون الحديث

عن الأشياء الصعبه والمؤلمه في ماضيهم، عندما يبدأون الكلام عن المشاعر التى أخفوها وقمعوها، تكون عملية العلاج والشفاء الحقيقي قد بدأت.

وقد يبدأ الطفل في مرحلة من المراحل، تبين العلاقه التى تربط المخدرات بالألم. "لقد اقترفت كل هذه الأشياء. تناولت جرعات أكثر من المسموح به. تصرفت تصرفات مشينة. جررت على نفسي المتاعب. تسببت في إحراج أولئك الذين يهتمون بي وأولئك الذين أهتم بهم. شعرت بالذنب إزاء كل ذلك. حقا، إنني أتبين مشكلتى الآن وأعرفها تماما. لقد كانت المخدرات تدمر حياتي بحق". ومن الأفضل أن يحدث الإعتراف الذي من هذا القبيل، في بيئه يكون الأنداد فيها داخلين أيضا ضمن البرنامج العلاجي ومتفهمين للأمر، وقادرين على تقديم العون والمساعدة في رحلة الإنتقال من الخداع والإنكار إلى الصراحة والأمانة.

وبعد أن يتم استخراج تلك المشاعر السيئه من داخل المدمن، يبدأ بعد ذلك في مواجهة الذنب الذي ارتكبه. وبرنامج العلاج لايمكن أن يفتح جرحا ثم يترك الضخيه تنزف. والبرنامج الجيد يجب أيضا أن يعين الطفل على مواجهة الذنب الذي ترتب على تعاطي المخدرات والذنب الذي ترتب على السلوك غير الأخلاقي الذى نتج عن تعاطي الطفل المخدرات. وأفضل الطرق لتحقيق ذلك هو أن يتوفر لدينا أبناء يكونون قد بدأوا بالفعل التعامل مع هذين الذَّنْبَيْن، أبناء يكونون قد قطعوا خطوات على طريق الشفاء، ليساعدوا الطفل على فهم الحقيقه التى مفادها أن **المخدرات** هي التى تسببت في المشكله، وأن هذه المشكله لا يمكن ردها إلى خلل في شخصية الطفل نفسه. والأبناء ينبغي أن يساعدوا بعضهم بعضا في تعلم الحقيقه التى مؤداها أنه **نظرا لأن** المخدرات هي التى تسببت في هذا السلوك **ونظرا أيضا** لأنهم لن يعودوا إلى تعاطي المخدرات، فإنهم سوف لايعودون إلى ذلك السلوك غير المقبول. وبذلك، يمكن لمثل هؤلاء الأبناء أن يصفحوا عن أنفسهم ويتسامحون معها. والإنسان إذا ما أراد أن يمشي في حياته قدما يجب أن يتسامح مع نفسه، يجب أن يغفر ذنوب نفسه ويمضي قدما. ويتعين على عملية العلاج أن تجعل الطفل يفهم أنه ليس مصنوعا من ألياف بذيئه وأن بوسعه أن يبدأ حياة خاليه من المخدرات، حياة أخلاقيه تقوم على القيم إذا ما قرر المضي قدما في حياته. والمضي قدما يتضمن أن يفعل الطفل مافي وسعه تكفيرا عن الألم والأذى اللذين سببهما لأناس آخرين.

ترى لماذا تعد عملية التكفير عن الذنب مهمة إلى هذا الحد؟ السبب في ذلك هو أن الإحساس بالذنب هو أساس العار والخزي، ومعروف أن

العار والخـزي همـا مشـاعر سيئه عن ذات المرء. والأبنـاء الذين يدمنـون المخدرات يكونون قد تكونت لديهم، في أغلب الأحيان، مشاعر سيئه كثيره إلى الحد الذي يجعلهم يحسون: "كما لو كانوا قطعه من الغائط. لماذا أحاول التغيير – وأنا لست أهلا لهذا التغيير بأي حال من الأحوال؟" التغيير، التخلّص من هذا العار يعني تنمية الإحساس بالأمل، ويهيئ للطفل الفرصة كي يبدأ الحياة من جديد وأن يستعيد سيطرته على حياته، يوما بعد يوم. والتدريبات التى تعطي في هذا الصدد تهدف إلى تعليم الأطفال إحداث التغييرات، تعطي الأطفال إحساس باستعادة السيطرة، وبذلك يستطيعون إعادة بناء قيمهم الذاتيه واعتزازهم بأنفسهم. وبعد أن يواجه الطفل ماضيه ويسلمّ به ويقبله، يصبح قادرا على إتيان المهارات اللازمه لإبعاده عن المخدرات والتحكم في أفكاره، ومشاعره وسلوكه.

موجز العلاج

لعلنا نبدأ هنا بدراسة نقاط التدخل مرة ثانيه ونوعية العلاج الذي من المحتمل أن تتطلبه كل مرحلة من مراحل تعاطي المخدرات وإدمانها.

عرفنا أن أنسب الأوقات للإمساك بتعاطي المخدرات يكون في المرحلة الأولى، التى يتعاطى الطفل المخدرات خلالها أثناء عطلات نهاية الأسبوع، تحت ضغط من الأنداد وعندما يقوم شخص آخر بتوفير المخدرات للطفل وتزويده بها. في هذه المرحلة يكون الطفل قد جرب، على أكثر تقدير، تعاطي الكحوليات، ودخن الغليون، وكذلك المخدرات التى يتعاطاها المدمنون عن طريق الشم. وفي هذه المرحله أيضا لايمكن الكشف عن أي تغيير في سلوك الطفل.

والآباء الذين يتدخلون عند هذه المرحلة تتهيأ لهم فرص جيدة للتعامل مع المشكلات نفسها. وهذا يصدق تماما لو أن الآباء استطاعوا الحصول على تشخيص جيد من متخصص مؤهل وقام أحد بتوجيههم إلى التعامل الصحيح مع المواقف التى من هذا القبيل. ولكن مالم تكن حظيظا ويتصادف أن تمسك ولدك متلبسا وهو يتعاطى المخدرات فإنك لن تعرف ذلك مطلقا.

وترتيبا على ذلك فإن أفضل تحرك لك بعد ذلك يحدث عندما يكون الطفل في أوائل المرحلة الثانيه من مراحل تعاطي المخدرات. بمعنى أن ذلك يكون عندما يبدأ الآباء يحسون بالقلق على ولدهم دون أن يعرفوا لذلك سببا. المرحلة التى يبدأ الطفل فيها عدم التقيد بمواعيد العودة إلى المنزل. المرحلة التى يحدث خلالها شيئ من التغير الطفيف في مظهر الطفل. الوقت الذي يبدأ

المراهق فيه التلاعب بالحماس ويغلق الأبواب بعنف ثم يصرخ بعد ذلك. وهنا يحس الوالد بالإستياء والتهديد ولكنه لايعرف كنه أو حقيقة مايدور. وهنا تجعل الغريزه الوالد يتغاضى عن ذلك باعتباره ناتجا عن تفجر الهرمونات، غير أن الواقع هو أننا نجرب التغييرات النفسيه الأولى التى تنتج عن تعاطي المخدرات.

لقد تعود الطفل على الشعور بالإنبساط والثمول بفعل تعاطي المخدرات وبدأ بالفعل البحث عن المخدرات طلبا للإنبساط. ولكن القلق والإستياء الذي يترتب على الهدوء يبدأ في الحدوث عند هذه المرحلة لأول مرة.

الوالد الذي يبدأ تدخله عند هذه المرحلة يحتاج إلى المساعدة الخارجيه أكثر من الوالد الذي تحرك مع بداية المرحلة الأولى. ولكن الآباء، مع بواكير المرحلة الثانيه من مراحل تعاطي أبنائهم المخدرات، تتهيأ لهم فرص جيدة لمساعدة الطفل عندما يكون لايزال يعيش في المنزل ويواصل ذهابه إلى المدرسة. والمراهق المدمن عندما يكون في مطلع المرحلة الثانية يكون لايزال قادرا على اتخاذ قرار التغيير بنفسه. ومع ذلك، فإن والد مراهق مطلع المرحلة الثانيه يتعين عليه الحصول على توجيه متخصص جيد. هذا الوالد يتحتم عليه توفير الوقت اللازم لإشراف الكبار إشرافا قويا على كل مرحلة من مراحل حياة الطفل المراهق. ويتعين على الأسرة أن تعمل من منطلق التواصل الجيد، ومجموعة قويه من القواعد العائلية، القيم والحدود الدنيا، كما يجب على الأسرة ايضا تنفيذ العقوبات التى تترتبت على تكسير القواعد العائليه والخروج عليها، أو عند إهدار القيم أو تجاوز الحدود الدنيا. تقديم العون لمدمن أوائل المرحلة الثانيه من مراحل تعاطي المخدرات يجب أن يكون من قبيل الأعمال التى يمارسها أصحابها طول الوقت لا بعضه. أما إذا كان الطفل في أواخر المرحله الثانيه فعلا، أو إذا كان قد تعلم تطبيب نفسه، إبعاد الأحاسيس السيئه عنه بفعل تعاطي المخدرات، فإن الذي يصلح له هنا هو الحاقه ببرنامج من برامج العلاج وإعادة التأهيل.

معظم الآباء يعارضون الحاق أبنائهم ببرامج العلاج ولكن يجب ألا يغيب عنا أن طفل أواخر المرحلة الثانيه من مراحل تعاطي المخدرات يكون عند هذا الحد، متجها بسرعة عاليه جداً صوب المرحلة الثالثه، الأمر الذي يصبح معه من غير المحتمل أن يتصرف الأطباء، الأختصاصيون، والآباء على نحو يمكنهم من كسب السباق في مواجهة التدهور الذي ينتج عن تعاطي المخدرات. ومن الطبيعي أن تتباين الحاجة إلى العلاج من طفل إلى آخر

ومن والد إلى آخر. يضاف إلى ذلك أن جميع الآباء يودون أن يصدقوا أن أسرهم وحدها تستطيع القيام بالعلاج بلا أي مساعدة خارجيه. والذي يغيب عن أنظار الآباء عند هذه المرحلة هو تأثير البيئه الخارجيه، والحقيقه التى مفادها أن الإبن الذي يعرفونه الإبن الذي يظنون أنه منتظم وملتزم، والذي لديه القيم، والإحساس بقيمته الذاتيه لوقف هذه الدوامة الخطيرة، هذا الطفل لم يعد تحت السيطرة ولا يمكن التحكم فيه. لأن الذي يسيطر عليه ويتحكم فيه في هذه المرحلة هو المخدرات. ولذلك فإن أنسب وأفضل المساعدات التى يمكن تقديمها لمدمني أواخر المرحلة الثانيه، هو الحاقهم ببرامج العلاج وإعادة التأهيل.

والوالد الذي يفشل في إيقاف طفل المرحله الثانيه المدمن سوف يواجه كارثه. وطفل المرحله الثالثه من مراحل إدمان المخدرات يخلق لنفسه المتاعب مرارا في المدرسه، ويهرب من المنزل، ويحاول الإنتحار. وفى هذه المرحلة يكون قد تحول من سرقة الورقه فئة الخمسة دولارات من كيس نقود أمه إلى سرقة المحلات والدكاكين، وسرقة المنازل وربما سرقة السيارات أيضا. وهو يعترف بتعاطي المخدرات، ويتفلسف قائلا: "إن ضرر الماريوانا ليس أسوأ من ضرر التبغ أو الكحول"

وعندما يدخل الطفل المراهق المدمن المرحله الرابعه من مراحل إدمان المخدرات (ويجب ألا يغيب عنا هنا أن هذه المراحل الأربع كلها قد لا تستغرق سوى أسابيع أو أشهر وليس سنين) يحتمل ألا يكون مقيما في منزل العائله. وإنما يعيش في الشوارع ويتعاطى المخدرات يوميا. مدمن هذه المرحله لايتعاطى المخدرات طلبا للإنبساط والثمول. وإنما يتعين عليه تعاطي المخدرات طول الوقت كي يحس أنه عادي، لمجرد النزول من السرير، لمجرد أن يتحرك بلا أي هدف طوال النهار. والوقت الوحيد الذي تصل الوالد فيه أخبار ولده المدمن من المرحلة الرابعه، هو عندما يندفع الإبن داخلا إلى المنزل للحصول على الملابس أو الطعام أو لسرقة أي شيئ يستطيع بيعه ابتغاء الحصول على النقود اللازمة لشراء المزيد من المخدرات أو عندما تتصل الشرطة بالوالدين لتطلب منهما إخراج ولدهما من السجن للمرة الثانيه أو عندما تهاتف المستشفى الوالد لتعرف المسئول الذي سيقوم بدفع فواتير العلاج عندما يتعاطى الطفل للمرة الثانيه جرعات أكثر من المسموح بها. يعرف الوالدان إبنهما في هذه المرحله على أنه مجرد جثمان حي ليس إلا. لقد استسلما في كل مايخصه. وهذه هي الطريقه الوحيدة التى يتصرف الوالدان بها مع ولدهما المراهق المدمن الذي دخل المرحلة الرابعه من مراحل تعاطي المخدرات. وهذا لايعني أنهما يتمنيان وفاة ولدهما (برغم

أن بعض الآباء يعترفون في بعض الأحيان أن الوفاه تكون أفضل لأولادهم في مثل هذه الحالة)، وإنما الموضوع أكبر من ذلك لأنهما يعيشان بالألم.

والرسالة التي يوجهها العاملون في مجال علاج المدمنين وإعادة تأهيلهم، إلى أولياء أمور الأبناء مدمني المرحلة الرابعة هي: "مهلا أيها الناس، لا تستسلموا". إذ بالإمكان علاج ولدكم. ولكن عملية العلاج ستكون عملية طويلة ومؤلمة. ومع ذلك فهي جديرة بالعناء." ومعلوم أن الوالدين هما الوحيدين اللذان على استعداد للقيام بهذه الرحلة المؤلمة مع أبنائهم. والأصدقاء المدمنون لايهتمون بهذا الأمر. زد على ذلك أن رجال الشرطة وأي إنسان آخر يعترض مسار مثل هذا الطفل سيحسبه قضية خاسره. ولكن انتهاز الفرصة هنا تستحق العناء – لأنها الفرصة الوحيدة الفرصة الأخيرة – لإنقاذ إبن من هذا القبيل.

ونحن نكرر هنا أن موعد التدخل والتشخيص الجيد هما مفتاحي العثور على العلاج الصحيح. والعلاج الصحيح هو العلاج الناجح، العلاج الذي لايتمخض عن طفل خال من المخدرات وإنما العلاج الذي يمنح الطفل القدرة على أن يظل بعيدا عن المخدرات.

وتلخيصا لما سبق نقول: يجب على برنامج العلاج أن يوفر مايلي: (١) بيئه خاليه تماما من المخدرات يتمكن الطفل فيها من الشفاء واستعادة عافيته، (٢) أندادا يقرون ويعترفون بالألم والأذى اللذان ينتجان عن تعاطي المخدرات، سواء في عملية إعادة التأهيل او عندما يلعبون دور المستشارين المتخصصين، (٣) التركيز على مواجهة الماضي، والاعتراف بالأضرار التى أحدثتها المخدرات في حياة الطفل، وعلاج ذلك، (٤) طرق لإعادة بناء الطفل لإحساسه بقيمته، (٥) التشاور مع بقية أعضاء الأسرة و (٦) آليات المواجهه اللازمة لمواجهة الغد الخالي من المخدرات.

والذي يجب أن يسفر عنه ذلك، في حالة النجاح، هو طفل خال من المخدرات، طفل يتعامل مع ماضيه، طفل يحس بقيمته الذاتيه، طفل قوي على نحو يتمكن معه من العمل في جميع مجالات اجتياز فترة المراهقه بطريقة عاديه.

ومع ذلك، لايوجد في هذه البلاد برنامج لعلاج المخدرات ناجح بنسبة مائه في المئه. وبرامج علاج مدمني المخدرات تخسر أطفالا كل يوم. إنهم يهربون من هذه البرامج. يعودون إلى أصدقائهم المدمنين. يعودون للثمول والإنبساط. يتعاطون جرعات من المخدرات أكثر من المسموح به. يحاولون الانتحار. بل ويموتون في بعض الأحيان. برنامج العلاج من المخدرات ليس

من البرامج التى تحمل معها عددا من النجوم الذهبيه لتبرز بها النجاحات. صحيح أن هناك انتصارات، كثير من الانتصارات ... التى تجئ مختلفة الأحجام والأشكال ... ذلك الصبي الطويل، الذي تضرب سمرته إلى الصفره، الذي يسير متوجها إلى الكلية، الذي يشعر بالرضا عن نفسه ويتحدث عن أهداف مستقبلية ... تلك الفتاه الصغيره الخجولة التى تظهر على وجهها بقع النمش، والتى أصبحت فتاة صغيرة من جديد. إن الوالد هو الذي يمتلئ فخرا، يسعد باستعادة ولده الحقيقي، يسعد لأنه أتيحت له الفرصة مرة ثانيه. إنه الشقيق الذي يقول: "تيد، أنا فخور بك جداً بحق. ولكني أحبك. تيد أنا أحبك فعلا".

يصل معدل نجاح برنامج العلاج من المخدرات وإعادة التأهيل المتوسط إلى أقل من عشرين في المئة. وقد حققت بعض البرامج قفزات واسعة في مساعدة الأطفال والأسر. وفي برامج العلاج والتأهيل في هذه البلاد، تصل نسبة الأطفال الذين يحافظون على تجنبهم المخدرات مدة عام تقريبا بعد العلاج، إلى حوالي ستين في المئه فقط. والخروج من باب المخدرات خاليا منها لايكفي. لأن النجاح معناه **الإستمرار** في تجنب المخدرات.

الحصول على العلاج ليس معناه الحصول على الضمان. العلاج لايعطيك شهادة ضمان. العلاج يعطيك أملا. يعطي الطفل أملا. يعطي الأسرة أملا. كما يبعث الأمل في المستقبل أيضا.

قائمة مراجعة العلاج والمساعدة الخارجيه

١- *هل جرَّبت تصرفات الوالدين وفشلت في ذلك؟*

٢- *هل يتغير طفلك بطريقه سلبيه في كل من المدرسة والمنزل فيما يتعلق بأنداده ومظهره وصحته البدنيه؟*

٣- *هل اعترف ولدك لك بتعاطيه الماريوانا؟*

٤- *هل تمر بتجربة المشاعر والأحاسيس التى تتردد بين القلق والألم نظرا لأن حياة ولدك وحياة عائلتك تبدوان وكأنهما خارج نطاق سيطرتك؟*

٥- *هل تحس أنك بحاجة إلى العون والمساعدة؟*

٦- *هل تتجادل دوما مع ولدك بشأن القيود ومواعيد الخروج والعودة وبشأن الملابس ... الخ؟*

٧- *هل تختلف مع زوجتك دوما بشأن السيطرة على الطفل وعلى انتظامه؟*

٨- *هل بدأ طفلك يتساءل قولا وعملا عن قيم الأسرة؟*

٩- *هل يراودك شعور قلق مفاده أن الأمور تنتقل من سيئ الى أسوأ؟*

١٠- *هل بدأت البحث عن الأسباب التى تخرج المشكله عن دائرة المخدرات؟*

١١- *هل بدأ المسئولون في المدرسة، أو الجيران الأصدقاء، أو العاملون في الكنيسه يعربون عن استيائهم/ أو قلقهم على ولدك؟*

١٢- *هل بدأ ولدك ينسحب من الأسرة أو يتجنبها؟*

١٣- *هل بدأ ولدك يتغاضى عن الذهاب للمدرسة، أو يسرق، أو يتحداك، أو يتأخر إلى فترات متأخره من الليل، وهل فشلت كل الجهود التى بذلتها أنت في عملية الإدارة؟*

١٤- *هل أصبح الموقف في المنزل مؤلما إلى الحد الذي يتحتم عليك معه أن تقوم بعمل ما؟*

١٥- *هل جربت سيطرة الوالدين وفشلت في ذلك؟*

١٦- هل جربت الإستعانه بالأطباء النفسيين والإخصائيين النفسيين وفشلوا في ذلك؟

١٧- هل جربت العلاج في العيادات الخارجيه وفشل هذا العلاج؟

١٨- هل تخشى ألا ينجح أي شيئ؟

١٩- هل تعيش في قلق دائم إنتظارا لوقوع كارثه قاتله يتسبب فيها ولدك؟

٢٠- هل استسلمت لكل ماحدث لولدك؟

٢١- هل تتمنى في بعض الأحيان، وفاة ولدك؟

الفصل الثامن

الوقايـــة

"لاضمان. لاتعويضات. لاضمان باسترداد النقود"

إذا كان شأننا مثل شأن جميع الآباء، فإننا سنكون على استعداد للتضحيه بأي شئ في سبيل أن نعرف أن المجتمع العلمي قد توصل لعلاج يشفي الأبناء المراهقين الذين يدمنون تعاطي المخدرات. ألن يكون عملا رائعا، أن نفتح جهاز التليفزيون ونشاهد دان راذر Dan Rather وهو يقول: "أهم أنباء هذا المساء هو ، .. ذهاب وباء المخدرات إلى غير رجعه. فقد أعلنت السلطات الحكوميه اليوم إنهاء كل أنواع التداول غير الشرعي للمخدرات في هذه البلاد".

حسن، أرجو أن تتقبل أسفي عن ذلك، لأن احتمال حدوث مثل هذا العمل أمر غير ممكن. فالحياة تخلو من الأكاسير السحريه. والحكومة لاتزال عاجزه عن وقف التداول غير الشرعي للمخدرات. كما أن المخدرات لايحتمل لها أن تختفي من بيئة المراهقين شأنها في ذلك شأن سندوتشات الهمبرجر الكبيره Big Macs ، والبطاطس المحمره على الطريقه الفرنسيه وفطائر البيتزا.

وقد يكون من المفيد أن نورد في هذا الكتاب بعض التأكيدات التى من قبيل :"إذا كان ولدك كــذا أو كــذا ، فلا داعي للقلق". لأن الحقيقه المحزنه تقول: **لاوجود للضمانات.** لاوجود للفيتامينات، التى إذا تناولناها يوميا فستمنع حدوث هذا المرض. يضاف إلى ذلك أن أولادنا ليس في حياتهم ما يجعلهم يستعصون على الوقوف في وجه المخدرات.

وتأسيسا على ذلك، فإن أفضل ما يمكن أن نتطلع إليه هو ذلك الإكسير غير السحري، محلول عائلي، نوع من الوقاية، الذي إن وجد لايوفر

لنا ضمانات أو حصانـات، وإنما يوفر لنا القوة التي نستطيع بها مكافحة المخدرات. هذا المحلول هو ما نطلق عليه إسم الوقاية.

الوقاية إجراء حمائي من إجراءات السلامة. وهي تشبه الاحتفاظ بأعواد الثقاب بعيدا عن متناول الأطفال الصغار، ووضع المواد السامة في أماكن أمينه، ووضع حصير منع الانزلاق تحت السجاد. الوقاية شيئ نفعله لنهيئ للأسرة بيئه أكثر أمنا وسعادة. ولكن استعمال المنع ضد المخدرات أمر غير سهل – وبخاصة عندما يتكلم الخبراء النفسانيون والإجتماعيون عن فشل الأسرة في زماننا المتأرجح، غير الثابت. من الصعب على الأسرة أن تقف موقف الحصن أو المتراس في وجه تأثير المدرسة، الأنداد ووسائل الإتصال التي تتزايد يوما بعد يوم.

نحن نعلم أن الأسرة هي الوحدة الأساسية للحب والرعاية، الوحدة الأساسية للقوه والاستقرار. كما نعلم أيضا أن الأسرة عندما تدور بلا هدف حول نفسها عندما يتورط أحد أعضائها في مشكله من المشكلات، يمكن أن تكون مرنه أيضا، شأنها شأن الكرات المطاطيه الضخمة، إذا ما تفهم بعض آخر من أعضاء الأسرة الأمر وانبروا لوقف ذلك الإضطراب، بدلا من هز توازن الأسرة عن طريق تحديد أدوار جديدة لها. لقد عرفنا أيضا أن أفراد الأسرة وهم يعملون سويا يمكن أن يرتدوا. كما عرفنا أيضا أن الأسر السليمه هي التى تشكل أفضل أنواع الوقاية.

الأنماط الأبويه

"من شابه أباه فما ظلم"

تبدأ الوقاية من الأب. لأن الوالدين هما اللذان يعلمان الطفل الرضيع ردود أفعاله الأولى – الإبتسام، الضحك، والتحدث بتودد وحب. الوالدان هما اللذان يحددان نمط التعلم، ويستمر هذا النمط مع الأطفال إلى أن ينتقلوا إلى مرحلة سن البلوغ.

وكذلك لانعنى بذلك أن الآباء والمنظومات الأسرية هما اللذان يتسببان في تورط الأبناء في المخدرات. وقد سبق أن قلنا مرارا، أن **الأبناء** هم الذين يتخذون قرار تجربة المخدرات في المرة الأولى وهم الذين يتخذون أيضا قرار تعاطي المخدرات مع أصدقائهم مرة بعد أخرى قبل أن تضيع منهم سيطرتهم على أنفسهم ويصبحوا تابعين للغير. والصحيح هو أن مشكلات بعينها يمكن أن تثير بعض مشكلات في التواصل داخل الأسرة، الأمر الذي يؤدي إلى التقليل من تأثير الوالدين في الأوقات التى يكون الأبناء

فيها أشد حساسيه لإغراء المخدرات. الأبناء يتعلمون أيضا أنماط مسايرة الحياة من الآباء الذين يساعدونهم على مقاومة ضغوط الأنداد أو الذين يزيدون من تعرضهم وانكشافهم لمثل هذه الضغوط. ولكن، وأقولها ثانيه، إن الأمر لاينطوى على وصفه سحريه: لأن الكثير من الأبناء الذين حماهم آباؤهم من ضغوط الأنداد لايزالون يتورطون في تعاطي المخدرات، كما أن هناك كثير أيضا من الأبناء الذين لايخضعون لأي نوع من الإشراف والمراقبه قادرين على أن يقولوا: لا للمخدرات. ولعلنا هنا نتطرق بالمزيد من الدراسة إلى ما يمكن أن يفعله الآباء.

الأبناء يرثون "علامات الجمال" و "النتوءات" من آبائهم. والآباء يحبون الإدعاء بنقاط القوة وينقلون لأولادهم نقاط الضعف. قد تقول الأم إن ولدها ورث حدة الطبع وسوئه عن والده: أو قد يقول الأب إن ابنته ورثت عناد أمها. أما إذا كانت المسألة تتعلق بشخصيه ظريفه أو موهبه موسيقيه فإن كلا منهما يسارع إلى الإدعاء بأنها مأخوذه منه. الواقع أن الوالدين يعدان نموذجان وظيفيان لظاهرة القوة والضعف في أبنائهم. والوالدان ينقلان، عن وعي وغير وعي، القيم والسلوك الأسري إلى أبنائهما.

والوالدان ينقلان قيمهما عن قصد ومعرفه – التقاليد الأسريه، المشاعر القويه إزاء ما ينبغي على الأبناء أن يتفاعلون معه، وعن المدارس التى ينبغي أن يلتحقوا بها، والمهن المحبوبة، وما يمكن أن تكون عليه قيمهم والمعتقدات الروحيه التى ينبغي أن يعتنقونها. والأمهات والآباء يعيشون ويتكلمون ويتصرفون يوميا عن اقتناع بهذه القيم. والطفل قد يقبل بعضا من هذه القيم عن رضا وطيب خاطر، وقد يرى البعض الآخر من هذه القيم على أنه ضغوط كبيرة. والأب يتمنى أن يحذو ولده حذوه ويلتحق بجامعة ييل. وقد ينتهي الطفل (الابن) إلى أن ينفق الجزء الأكبر من سنين دراسته وهو يتعجب إن كانت كلية الرجل العجوز ستقبله أم لا. ومع ذلك، فإن الوالدين لايريدان لولدهما أن يقع تحت أي شكل من أشكال الضغوط. إن كل مايريدانه لولدهما هو أن يكون صاحب معتقدات دينية. هما يريدان له أن يلتحق بالجامعة. يريدان له أن يعمل على مواصلة التقاليد الأسرية. وعادة ما تكون نوايا الوالدين دائما هي أطيب النوايا. ولكنهما ينقلان، عن غير قصد، لأولادهما خصائص سلبية كثيره من صندوق الحرب الدائمه، باعتبار هذه الخصائص قيما ايجابيه. قد ينقل الوالدان إلى أبنائهما، عن غير قصد، خوفا مكبوتا من اللمس أو الاحتضان. أو قد ينقلان إلى أبنائهما عجزهما عن قول: "أحبك." الوالدان صانعا إنماط. يجب ألا يغيب عنا ذلك.

المشكلات الزائدة

"العفش الزائد"

ينقل كل إنسان "موروثاته" العائلية الشخصيه إلى كل علاقه من العلاقات الجديدة التى ينشئها. ففي إطار الأسرة، ينقل الأب إلى علاقة الأب – الطفل الجديدة مجموعة الأمتعه الخاصة به هو، سلسلة من الموضوعات مخزونة في ذهنه ومتمثله في تصرفاته، وبمجرد أن تنشأ علاقه جديده أو قرابه – سواء كانت طفلا، عشيقه، صديقا أو زوجه – وتصبح هذه العلاقه مألوفه لديه، يحين موعد فتح الحقائب، والتجاوز عن المواقف المريحه، المتعبه القديمه. وقد تبدو هذه المواقف مهلهلة وغير مقبولة أمام الآخرين، ومع ذلك تكون هذه المواقف منتمية إليك وتتعلق بها أنت من أجل الحياه الغاليه. ومسألة قبول أو عدم قبول هذه الموروثات لاتهم، لأنك تدور بها في كل أنحاء المنزل حتى يتمكن الجميع من رؤيتها.

ولنضرب هنا بعض الأمثله. إذا ما استعاد أب طفولته على أنها كانت معسكرا من معسكرات الإعتقال والسبب في ذلك أن والديه كانا صارمين ومتشددين معه أو أنهما كانا يسيئان إليه بدنيا، إذا ما استعاد الأب الطفوله على هذه الشاكله فإنه قد يتصرف بطريقه من اثنتين (١) إما أن يدير منزله كما لو كان معسكرا من معسكرات الاعتقال وذلك من منطلق إعزازه لوالديه وتقديره لهما، أو لأن هذا الاتجاه هو المعروف له. بل إنه يصل في بعض الأحيان إلى حد عقلنة الذكريات المرة فيقول لنفسه: "لقد خرجت من ذلك وأنا على مايرام. لقد راودني ذلك الإحساس في ذلك الوقت ولكنى أعتقد أن ذلك كان في صالحي. وطالما أنه كان في صالحي فلابد أن يكون في صالح أولادي أيضا". أو قد يشعر مثل هذا الأب بالإستياء من تلك التجارب والخبرات إلى حد أنه (٢) يتمادى في الاتجاه الآخر ويذهب فيه إلى شأو بعيد ويقول لنفسه: "لقد كان الأمر جهنميا وأنا لاأرجو لأولادي أن يمروا بما مررت أنا به. أود لأبنائي أن يحيوا ظروفا أفضل من تلك التى عشتها أنا." الأب الذي من هذا القبيل يبالغ في التعويض، إنه يعطي الطفل كل شئ – عدا التوجيه الصحيح والإرشاد الصحيح والسيطرة والحدود الدنيا.

ردّا الفعل هذان ينطويان على المبالغة والتطرف. ولا يصلح أي منهما أن يكون مثلا جيدا على الأبوه الجيدة. لايمكن لأي منهما أن ينتج مراهقا صحيح المشاعر والأحاسيس فيما يتعلق بقيمته الذاتيه.

والأب الساخط ليس هو المثال الوحيد. فقد يكون الأب. مغرما بوالديه ويحب الطريقة التى كانا يعاملانه بها عندما كان طفلا إلى حد أنه يفعل كل شئ استهدافا لتكرار هذه العلاقه مع ولده هو، إنه يفعل ذلك إحساسا منه بالرضا ولأنه يود أن يعاود الإتصال بذلك الحب والدفء والأمان الذي أحسه عندما كان طفلا. هذا الشعور ينتج عن الذكريات الطيبه. وبغض النظر عن الدوافع، فأنا وأنت بوصفنا آباءًا لايمكن لنا أن نؤسس الطريقه التى نتعامل بها مع أطفالنا، على القضايا غير المحددة التى كانت بيننا وبين آبائنا. ولدك مخلوق آدمي حي – وليس مجرد صورة كربونيه مصغرة منك. ولدك جزء منك، وجزء من شخص آخر، وأجزاء من أجيال أخرى سابقه – ولدك واع لذاته "الأنا" وله مشاعر واحتياجات ليس لها أية علاقه بما دار بينك وبين والديك. ونحن لايمكن لنا أن نفرض الماضى على الحاضر – وبخاصة إذا ما أردنا نحن أن نفرض ماضينا على حاضر شخص آخر. نحن لسنا آباءنا – وولدك ليس أنت عندما كنت طفلا. العالم مختلف. والظروف المحيطه مختلفة أيضا. ونحن لايمكن أن نتراجع إلى الخلف. وإذا حاولنا الرجوع إلى الوراء فإن أبناءنا سيتوقفون. لن يفهم أبناؤنا طريقة تطبيق القواعد نفسها. طريقة نموك مهما كانت بالنسبة لك – سواء كنت تذهب إلى المدرسة سيرا على الأقدام أو تزاول عملا لتساعد به أسرتك على المضي قدما – لاتعني شيئا مطلقا عند ولدك سوى أنها قصة مملة هو نفسه لاعلاقة له بها. ولدك لايمكن أن يستشعر التجارب السيئه التى مررت بها. وأفضل مانتمناه لذكرياتنا هو أن ننقل إلى أبنائنا نتائج نمونا وتربيتنا، قياسا على مانحن فيه الآن.

من هنا يجب ألا يغيب عنا: "(١) عدم وضع أطفالنا في مواضع يتعين عليهم فيها أن يحققوا لنا مطامحنا التى لم تتحقق. وأنا عندما أكون حارس مرمى، لا أتوقع أن يكون ولدي صانع ألعاب شهير. وإذا لم نستطع الفوز في مسابقة الغناء فيجب ألا نتوقع لولدنا أن يصبح عضوا في فريق باليه جيفري الشهير. وليس بوسعنا أن نستعيد ماضينا بأن نعيشه في حاضر أبنائنا. (٢) نحن لانستطيع حماية أبنائنا عن طريق القهر، من الأخطاء التى ارتكبناها. والأم لايمكن أن تكون هي الآمرة الناهية فيما يتعلق بمواعيد ابنتها الغرامية نظرا لأنها حملت ولابد أن تتزوج. والأب لايمكن أن يجبر ابنه على نوعية بعينها من التعليم نظرا لأن عدم تعلم الأب هو الذي حصره في دائرة ذلك العمل الذي لايحقق مطامحه. (٣) من الخطر أن نتصور أطفالنا وهم يسيرون في الطريق نفسه الذي قطعناه ويفعلون الأشياء نفسها التى نجحنا فيها، ... ويدخلون المدارس نفسها التى التحقنا بها، وينضمون إلى

الجماعة نفسها التى انضممنا إليها، ويلعبون الآلة الموسيقية نفسها التى لحبناها، ويحققون المكانة التى حققناها في مدارسنا، ويمتهنون المهنة نفسها التى امتهناها، ويقومون بنفس نشاط المال والأعمال الذي قامت به الأسرة. الآباء يتمنون أن يكرر أبناءهم انتصاراتهم – من منطلق مشاعر الأنانيه والسلامة. الأنانيه، لأن ذلك نوع من أنواع تمديد أبعادنا الحياتيه. ومن منطلق السلامة، لأن وقائع حياتنا الخاصة ليست سوى مسار ممهد ومألوف.

صحيح أننا يجب أن نتعلم من النجاحات ومن الفشل. ولكن ليس من الصحيح أن نطبق رغباتنا واحتياجاتنا، مخاوفنا وانتصاراتنا، على أطفالنا الصرحاء والمحميين.

يجب أن نستقي من تاريخنا الخبره والتجربة، ونربط بينه وبين تشكيلنا لأحكامنا، وإرساء القواعد، كما نربط هذا التاريخ بأطفالنا والأطفال الآخرين، ولكن يجب أن نحذر وننتبه إلى أن طفولتنا يجب ألا تزيد على كونها مرشدا مرجعيا لنا فقط يجب أن نربط طفولتنا بالخبرات الأخرى كلها، الماضي والحاضر منها، مستهدفين من ذلك أن تكون علاقتنا بأولادنا علاقة قوية وذات بال. ويجب أن نحذر من الوقوع في خطأ التعامل مع مشكلات أولادنا بطرق وأساليب ترتبط بذكرياتنا السعيدة أو غضبنا المكتوم. لأن هذا ليس في صالحنا أو لصالح أولادنا.

جهز قائمة بقدراتك. واسأل نفسك وأنت تتعامل مع ولدك عن عدد المرات التى تشير فيها تصريحا أو تلميحا إلى والديك أو طفولتك وتقول عنها "تلك الأيام الخوالي الحلوة؟" جهز أيضا قائمة بالمشكلات التى تستنفر فيك الردود التى تقول: "على أيامنا" ثم ابدأ بعد ذلك في حل تلك المشكلات. حدد ذلك الذي يكون من الماضي ويثير غضبك، يضايقك، يصيبك بالاكتئاب أو الخوف ثم ارسل هذه الأشياء الى مثواها الأخير بطريقه مهذبه. وقد يتطلب حل المشكلات القديمة زيارة أحد المتخصصين المؤهلين، ولكن مسألة تخليص نفسك وولدك وأسرتك من أثقال المتاع الزائد أمر يستحق العناء.

الإدمان الكيماوي

"الإدمان الكيمياوي أمر سيئ ولكن لابد من انتقاله بأي حال من الأحوال" -

هل تعاني أمك أو أبوك – مشكله من مشكلات الكحوليات أو المخدرات الطبيه؟ وماذا عن جدك؟ هل تذكر أن والديك كانا يتكلمان عن فرد محدد من أفراد الأسرة كانت المشروبات الروحيه تستهويه وكان يتحتم

عليه الدخول في "سنة قصيرة" من النوم من حين لآخر، أو النحو الذي كان يتصرف عليه شخص آخر عندما يكون سكرانا؟

إن كانت الإجابة بـ نعم، فمن المحتمل تماما، أن يكون أحد أبنائك مدمنا إدمانا كيمياويا، والإدمان الكيمياوي يشكل مرضا في الأسر والعائلات. إذ بوسع هذا المرض أن ينتقل بين الأفراد. إدمان الكحوليات دخل في عداد الأمراض الأسريه منذ عدة سنوات، وهناك بعض الدلائل التى تشير إلى أن عددا صغيرا من مدمني الكحوليات لديه استعداد جيني وراثي لتعاطي الكحوليات – معنى ذلك أن تناول الكحوليات للمرة الأولى يستوقد في هذه النوعيه من البشر أنماطاً إجباريه من تعاطي المسكرات تكون خارجة عن سيطرتهم.

وعلى كل حال، فإن غالبية من يشربون الكحوليات ويتعاطون المخدرات ليسوا معرضين للإدمان الوراثي. ومرض الإدمان الكيمياوي، في هذه النوعية من البشر، يكون على شكل مرض عاطفي، نفسي وينتقل من جيل إلى جيل خلال المنظومة العائلية. وغالبية الدراسات والبحوث التى أجريت في هذا المجال تخص متعاطي الكحوليات ولا تتعرض لمدمني المخدرات، ومع ذلك تثبت هذه الدراسات أن نسبة أعضاء الأسرة المدمنين إدمانا كيمياويا الذين يعانون من أمراض الكحوليات، والأمراض العقليه والبدنيه ذات الصلة بالقلق والتوتر أعلى منها في الأسر الأخرى.

ويتركز الإدمان هنا في مجالات السلوك الإجباري والمشاعر والإحساس بالقيمه الذاتيه. تعاطي المخدرات في أسرة من الأسر، يجعل الفرد محبا لنفسه تماما في محاولة منه للحياه في ظل التوتر والألم الشديدين الموجودين في الأسرة، ويلي ذلك أن يصبح الفرد متورطا في دفاع السلوك القهري في مواجهته لذلك الألم. ويبدأ ذلك السلوك القهري، تدريجيا، في بناء جدار حول شخصية مثل هذا العضو ويتسبب في حبس المشاعر، قمعها أو تجميدها. ويترتب على ذلك أن تنمو لدي مثل هذا العضو مشاعر هشه متدهورة عن الإحساس بالقيمه الذاتيه. ويعد الاتجاه إلى تعاطي الكحوليات أو المخدرات أسلوبا من الأساليب التى يتحول إليها الأفراد الذين يكونون من هذا القبيل، استهدافا منهم لمقاومة القلق والإضطراب، والسلوك القهري وكذلك عدم الإحساس بالقيمه الذاتيه.

المخدرات تهز أشجار العائلات الجديدة. لقد تسبب المدافعون عن تعاطي المراهقين المخدرات في ايجاد عدد من البشر الذين ينقلون مرض الإدمان الكيمياوي. والطفل الذي يتعاطى المخدرات، يعد في نظر كثير من

العائلات، الناقل الأول لمثل هذا المرض في تاريخ تلك الأسرة. ونحن عندما نتدبر الزيادة التى تطرأ على عدد الأسر الحاملة لمرض الإدمان الكيمياوي، والتى تنقله من جيل إلى جيل (مالم تعالج هذه الأسرة)، نجد أن المؤشرات لاتسر الخاطر بأي حال من الأحوال.

ووجود الإدمان الكيمياوي أو إدمان المخدرات في أسرنا يعني بالتبعيه أننا "حاملين" لذلك الإدمان برغم أننا قد لانكون مدمنين. معنى ذلك أنك أنت مصدر العدوى في أسرتك وأنك قد تنقل هذه العدوى مرة ثانية إلى أبنائك. ويجب ألا يغيب عنا هنا أن الجينات الوراثيه ليست هي الوسيلة الوحيدة لنقل هذه الصفات والخصائص الأسريه. فلو أننا درسنا شجرة عائلتنا واكتشفنا فيها الإدمان الكيمياوي، فإن ذلك يحتم علينا زيارة وكالة الآنون Al-Anon أو أية وكالة أخرى من الوكالات المحليه الخاصة بعلاج إدمان الكحوليات حتى يتسنى لنا معرفة الكثير عن الإدمان الكيمياوي. وقد نكتشف أننا أنفسنا بحاجة إلى العلاج حتى لانكون من حملة المرض أو ناقليه.

قد يكون الإدمان الكيمياوي في أسرتك قد أثر عليك. وربما يكون قد أثر عليك وبرمج تصرفاتك وردود أفعالك على المواقف الإجتماعية والأسرية المختلفة. وانك ربما تكون تأتي بعض الأشياء، تصريحا أو تلميحا، التى قد تنشط تعاطي ولدك المخدرات. إذا كان والدك من مدمني المسكرات، أو متعاطيا للمخدرات فإن ذكرياتك عن مثل هذا الإدمان أو التعاطي قد تبلغ من الألم حداً تعجز أنت معه عن الحديث بشكل عقلاني عن شرب المسكرات وإدمان المخدرات؛ وربما تصبح غير عقلاني ومتهور أيضا كلما أتى ذكر هذا الموضوع. وقد يتمثل رد فعلك الأساسي على المخاوف والإيذاءات القديمة في أن تبادر إلى حماية أبنائك من المشكلات التى شاهدتها وأحسستها. ولكن ولدك إذا لم يفهم الدوافع وراء رد فعلك ، قد يبدأ هو نفسه تطبيب نفسه قائلا: "لماذا كل هذه الجلبه؟ إنا أرى أن أجرب واكتشف بنفسي؟". وهنا ينظر ولدك إلى ما تعده أنت خوفا على أنه تخويف مالم تبادر أنت بفهم الموقف – وتساعد ولدك على تفهم الدوافع وراء تصرفك.

نقل المشاعر السيئه

"آن أوان اختبار (الأنا)"

نقل المشاعر السيئه داخل الأسرة يحرض الطفل على تعاطي المخدرات. يجب ألا يغيب عنا هنا المثال التوضيحي سريع الانتقال. فالآباء شأنهم شأن الإبن المراهق المدمن الذي يهز متحرك الأسرة سعيا إلى إحداث

توازن جديد، يمكن أيضا أن يهز متحرك الأسرة هزاً. والآباء عندما يكونون أفرادا مرضى، فإن الأسرة يغلب عليها أن تفقد توازنها في أغلب الأحيان. معنى ذلك أن القواعد الموضوعة غير صالحة. معنى ذلك أيضا أن الأدوار التى يلعبها أفراد الأسرة أدوار سيئه أيضا. معنى ذلك أيضا أن المشاعر سيئه في هذه الأسرة. معنى ذلك أن الإبن الذي يعد جزءا من متحرك الأسرة الذي لايجد التوازن المناسب، يحس هو أيضا بالاستياء وأنه ليس على مايرام. الجو في مثل هذه الأسرة لايشع بالدفئ والطيبة كما يحس الطفل بأن الإلتئام والنمو ليسا جزءاً من هذه الأسرة، والأبناء الذين يصبح إحساسهم على هذا النحو يجربون تعاطي المخدرات طلبا للشعور بالرضا، وهنا يصبح وقوع هؤلاء الأبناء في شرك المخدرات سريعا جداً وفور تعرضهم لها. ولعلنا نلقى نظره على متحركات أسرنا. هل متحرك الأسرة متوازن أم لا؟ هل هناك ما تفعله أنت أو زوجتك أو أي عضو آخر من أعضاء الأسرة، وينتج عنه بث المشاعر غير الطيبه في الأسرة؟ هل هناك بعض المشكلات المعلقه التى تخل بتوازن الأسرة؟ إن كانت الإجابة بـ نعم فذلك يعني أنك بحاجة إلى شيئ من التشذيب والتهذيب والتخصيب حتى تصبح شجرة العائلة شجرة صحيحه.

وتستطيع أن تبدأ هذه العمليه بأن تلقي نظرة على نفسك لتتبين مايلي: مامقدار توازن حياتك كفرد؟ هل تشعر بالرضا أو بالسخط على حياتك بشكل عام؟ هل تحس أنك ناجح أم فاشل؟ وهذا لا يعني أنك يجب أن تشعر بالرضا والنجاح في كل الأحوال. فكل انسان يمر بفترات يشعر خلالها بالإحباط أو السخط على حياته. وهذا الشعور هو الذي تتولد عنه الطاقه اللازمه للنمو، التحسن والمضي قدما في الحياه. ولكن، هل تراودك، بشكل عام، مشاعر طيبه عن حياتك. إذا كانت الاجابه بـ"لا" فذلك يعني أنك ربما تنقل تلك المشاعر السيئه إلى ولدك كل يوم. زد على ذلك، أن الطفل الذي يلاحظ أن ولده يشعر شعورا سيئا تجاه الحياة قد يشعر هو نفسه شعورا سيئا تجاه الحياه أيضا. كما أن الطفل أو الأب الذي يشعر شعورا سيئا تجاه حياته نفسها من المحتمل جدا أن يُطَيِّبَ نفسه طلبا للانبساط والرضا عن النفس. معنى ذلك أن المشاعر السيئة يمكن أن تنتقل من شخص إلى آخر. إضافة إلى أن المشاعر السيئه هي الطريق المباشر إلى تعاطي المخدرات.

يعمل البشر في نطاق عدد من الميادين والمجالات التى تسهم في تكوين مشاعرهم الشخصيه الخاصة تجاه إحساسهم بقيمتهم الذاتيه. وأول هذه المجالات هو مجال مشاعر الإنسان الداخلية، إحساسنا تجاه ما نحن عليه، سلام الإنسان الداخلي مع ذاته ومع قيمه. وثاني هذه المجالات هو رؤية الإنسان لذاته في ضوء علاقته مع بقية أفراد الأسرة. هل يشارك ويسهم في

القيمه الذاتيه الكليه للأسرة؟ وهل يؤدي دوره متوازنا مع بقية الأدوار في الأسرة؟ هل يسعد بقية أفراد الأسرة بكونه هو عضوا فيها؟ ويتعلق المجال الثالث من مجالات الاحساس بالقيمه الذاتيه بالأهداف الخارجيه: الإنجاز، التعليم، الوظيفه، المظهر والخدمة العامة. والشخص الذي يحدد أهدافه العملية والتعليميه الخاصة ثم يحققها من المحتمل أن يكون إحساسه بذاته أفضل من الشخص الذي أهمل نفسه ففشل في أهدافه العمليه والتعليميه. والشخص الذي لايحدد الأهداف ولايحققها يحتمل أن ينقل شيئا من الإحباط الذي يترجم إلى إحساس سلبي بالقيمه الذاتيه. يضاف إلى ذلك أن مشاعر الشخص عن نفسه إنما تبني في الأساس على مقدرته على التعامل مع الآخرين، ولايقتصر ذلك على الأسرة والأصدقاء فحسب وإنما يشمل ايضا علاقاته المجتمعيه والماليه والأعماليه. وهذا يرتبط، بطبيعة الحال، بمستويات أخرى من مستويات الإحساس بالذات. والسبب في ذلك، وحسب تصورنا، أن الشخص الذي يشعر بالرضا عن نفسه، وعن علاقاته الأسرية، ويكون راضيا أيضا عن أهدافه الخارجيه سوف تتوفر لديه الثقه والقوة اللتان تجعلانه يتصل بالآخرين ويرتبط بهما.

المظهر عامل أساسي وحيوي ودليل على إحساسك بقيمتك الذاتيه. المظهر يوضح مدى اهتمامك بنفسك واهتمامك بأفراد أسرتك وكذلك اهتمامك بالغرباء عنك وكما يبدأ الطفل المراهق في إهمال صحته الخاصة عندما تبدأ المخدرات في تدمير إحساسه بقيمته الذاتيه، فإن الأب يكشف للآخرين عن إهماله في احترامه لذاته، عندما يبدأ في تجاهل مظهره أو النظر إليه باعتباره أمرا غير مهم. وهذا لايعني القول بأن الشخص يتعين عليه أن يكون جميلا حتى تتوفر لديه المشاعر القوية الخاصة بالإحساس بالذات، ولكن يجب على الشخص أن يهتم بمظهره الخارجي، نظرا لأن المظهر الخارجي يعد رسالة مباشرة إلى الآخرين عن المشاعر الداخلية.

المجال الأخير من مجالات القيمه الذاتيه هو المسئوليه أما المجتمع، بمعنى طريقة رؤية الشخص لنفسه في علاقته بالعالم من حوله. هل يساهم الشخص في العالم الذي يعيش فيه، وهل يفعل الشخص شيئا من أجل نفسه ومن أجل الآخرين في سبيل تحسين العالم الذي يعيش فيه؟ وهذا المجال يمكن أن يشتمل على كل شئ بدءا بعدم تشويه سطح الأرض بالقاء المخلفات عليها وانتهاء بالقلق من الحرب النووية. هذا يعني أن هذا المجال يهتم بالمجتمع كله – وليس مجرد ركن صغير منه.

مغزى كل ذلك بالنسبة لك بوصفك أبا هو أنك إذا أردت إدخال

توازنك الخاص إلى متحرك الأسرة، فإن ذلك يحتم عليك أن تفحص نفسك أولا. وهل أنت سعيد بمشاعرك الداخلية، وعلاقاتك الأسرية، وأهدافك الخارجية، وعلاقاتك الإجتماعية ومسئوليتك المجتمعيه؟ إن كانت إجابتك بـ نعم في كل هذه المجالات الخاصة بالقيمه الذاتيه، فذلك يعني أنك تفعل الصواب وأنك تضرب مثلا لدور نموذجي قوي طيب وتدخل توازنا طيبا ومنظما على متحرك الأسرة. وذلك يعني أنك قطعت شوطا طويلا على طريق لعبة الوقاية إذا ما استطعت أن توفر لنفسك ولولدك ولأسرتك هذا النوع من الاستقرارا. أما إذا جاءت إجابتك بـ لا على أي مجال من مجالات القيمه الذاتيه، فهنا يتحتم عليك أن تبحث عن السبب. مما لاشك فيه أن مشاعرك السيئة تنتقل منك إلى أسرتك. ونحن نكرر هنا مرة أخرى أن نقل المشاعر السيئة يمكن أن يكون حافزا لولدك على تعاطي المخدرات.

بعد أن تفحص احساسك بقيمتك الذاتيه، يتعين عليك أن تلقي نظرة على الأبعاد اللازمة لتكوين مخلوق بشري كامل. ومعروف أن كل شخص يتكون من ثلاثة جوانب: الجسم، العقل والروح. ومعروف أن الجانب الجسدي يحتوي على الجانبين الآخرين. معروف أن حقيبة البشرة والمركبات الفائقه من العظام هي التى تسمح بوجود الجانبين الآخرين. نحن نسمع الكثير عن الحفاظ على الجسم سليما – التدريب، الجري، التغذيه، الإمتناع عن التدخين .. الخ، أو بمعنى آخر الإلتزام بكل ما يحفظ علينا ذاتنا البدنيه. الجانب الثاني هو الجانب النفسي – فهو يحدد من نكون، ما نعرف وطريقة استعمال ما نعرف للوصول إلى العالم الخارجي. والجانب الثاني يشتمل على النمو، التعلم، التخطيط، الإختراع، الحلم والإحساس. وقد بدأ الناس، في السنوات الأخيرة، يهتمون بصحتهم النفسية، بسعادتهم، وارتباط هذين الأمرين بتكوينهم الكلي. كما يشتمل الجانب الثاني على قوة الإرادة، قوة الشخصيه في اتخاذ القرارات المتعلقه بمصالحنا والقدرة على تنفيذ هذه القرارات. ونحن نطلق على قوة الإرادة السليمه اسم التوكيد أو الإصرار. والإصرار ليس خصله سلبيه، وإنما هو من الخصال الإيجابيه. الإصرار هو العناية بنفسك في النواحي الإيجابيه دون أن تسبب أذى للآخرين جراء قيامك بذلك. وقوة الإرادة تنقسم إلى نوعين: (١) القدرة على الموافقة على الأشياء التى تريدها وتحتاجها و(٢) القدرة على رفض الأشياء ورفض البشر الذين ينتهكون هذه الاحتياجات. أما الجانب الثالث من جوانب المخلوق البشري الكامل فهو الجانب الروحي – الجانب الذي لايحظى منا سوى بالقليل جداً من الفهم والذي يعد، في معظم الأحيان أكثر الجوانب عرضة للإهمال في شخصية الإنسان. والبعد الروحي فى شخصية الإنسان هو ذلك البعد الذي

يكون "خارج الذات" وأعلى من الذات نفسها أيضا. ووجود أو عدم وجود الروابط الدينيه لدى الفرد يعتمد على خلفية ذلك الفرد من ناحيه وتربيته من الناحيه الأخرى. فقد يصل مثل هذا الإنسان، من الورع حداً ينفق معه حياته في عبادة الله وخدمة الدين أو قد يكون ملحداً وينكر وجود الله. والاحتمال هنا أن تكون ذاتنا الروحيه فيما بين هذين الأمرين – ومن المحتمل أن نكرس لصحتنا البدنيه والنفسيه وقتا أكثر من الذي ننفقه في صحتنا الروحيه. وبعد أن نصل إلى قرا ر بشأن هذا المجال من حياتنا، يجب أن نتدبر إن كنا نضع هذا القرار موضع التنفيذ أم لا.

وترتيبا على ذلك فإن بداية وقاية أبنائنا من المخدرات تتمثل في فحص أنفسنا أولا. ثم نبدأ بعد ذلك في فحص بقية أفراد الأسرة. كيف ينظر كل فرد من أفراد الأسرة إلى مشاعره الداخليه، علاقاته الأسريه، أهدافه الخارجيه، علاقاته الإجتماعيه ومسئوليته المجتمعيه؟ وهل يولي كل واحد منكم صحته البدنيه والنفسيه والروحيه المزيد من الاهتمام؟ لابد من تقييم كل فرد من أفراد الأسرة. الوقايه الجيدة تحتاج منا أن نقوم بفحص جميع المجالات في حياة كل فرد من أفراد الأسرة. قد تندهش، على سبيل المثال عندما تكتشف أن ابنتك تعاني من العلاقات الإجتماعيه. وقد يكون ذلك، مؤشرا لك، أنها تعاني من مشكلات تتصل بقيمتها الذاتيه وتبحث عن رضا أندادها عنها. وطبقا لما أوردناه في الفصل المعنون **إنكار الأبناء**، فإن ضغط الأنداد هو السبب الرئيسي الوحيد الذي يدفع الطفل إلى تجريب تعاطي المخدرات. ومن هنا، فنحن بوصفنا آباء، ينبغي أن نشعر بالقلق عندما نكتشف أن ابنه لنا تعيسه بسبب علاقاتها الإجتماعية، الإحتمال هنا أن تكون مثل هذه الطفلة تتعاطى المخدرات فعلا أو تفكر في تجريبها على أقل تقدير توخيا لرضا الأنداد عنها. والإبن الذي يشعر بالفشل لأنه لايستطيع تحقيق أهدافه الخارجيه قد يكون بحاجة إلى المزيد من اهتمامك ووقتك حتى يسترد إحساسه بقيمته الذاتيه على أحسن وجه. ويجب ألا يغيب عن بالنا، أن الطفل الذي يسخط على أي مستوى من مستويات القيمه الذاتيه، أو على جانب من جوانب شخصيته الكلية، يحتمل أن يبحث عن أشياء يحول بها تلك المشاعر السيئه إلى مشاعر طيبه. وأن تلك الأشياء قد تكون المخدرات أو الكحوليات.

وتتدخل الجوانب الثلاثه في شخصية البشر – الجانب البدني، والجانب النفسي، والجانب الروحي – في أحجام الأطفال أيضا، ولذلك يصبح الأطفال بحاجة إلى ابتكار ثالوث متوازن في حياتهم الخاصة يقيمونه على الأمثال التى يضربها لهم آباؤهم. من هنا يجب أن نشارك أبناءنا في تكوينهم لأجسامهم. يجب أن نشجعهم على ذلك. ويجب ألا يلهيك عن ذلك الوقت

الذي تنفقه في المشي أو السباحة. الإلتزام المطلوب لتنمية جسم ولدك أمر يستحق التشجيع. يجب أن تهتم أيضا بنمو ولدك الذهني – ليس من خلال ما يتلقاه في غرفة الدراسة وإنما أيضا من خلال التعليم والتربية اللذان يحصل عليهما من المنزل ومن المجتمع. ويجب أن نعلم أن الغالبية العظمى من الأبناء مصابه بالفضول وحب الاستطلاع. ويجب أن نشجع أبناءنا على تنمية أذهانهم التى تتطلع إلى معرفة كل شيئ. يجب أن نشجع أبناءنا علىأن تكون لهم اهتمامات على جميع المستويات. والطفل الذي لايهتم سوى بالرياضيات أو العلوم لايحتمل أن يكون إحساسه بقيمته الذاتيه مثل ذلك الطفل الذي يهتم بالرياضيات، الموسيقى، العلوم ونماذج الطائرات. أعط ولدك فرصة التعرض لأكبر قدر من فرص التعلم على اختلاف أنواعها وبالقدر الذي تتوفر فيه هذه الفرص في المجتمع الذي تعيش فيه. تكلم عن عقيدتك مع أبنائك، وكيف تطورت هذه العقيدة وإلى أين منتهاها. شجع أبناءك على طرح الأسئلة وحاول أن تعرضهم لوجهات نظر أخرى في إطار عقيدتك التى تؤمن بها. والطفل عندما يقوى إحساسه بقيمته الذاتيه، تقوى أيضا صحته البدنيه، وصحته النفسيه وكذلك صحته الروحيه، كما يزداد استعداد الطفل لمقاومة إغراء تجريب تعاطي المخدرات جلبا للإحساس بالرضا والإنبساط. والسبب في ذلك أنه فعلا يشعر بالرضا والإنبساط.

ويجب على كل فرد من أفراد الأسرة أن يعلم أنك تقيم حياته بهذا المعيار ٣×٥ (ثلاث جوانب صحيه وخمسة مستويات للقيمه الذاتيه). ويجب أن توضح هذا المعيار وتشرحه لأفراد الأسرة في إحدى الليالي وأنتم تتناولون العشاء أو عندما تكونون في غرفة معيشة العائلة. وإذا ما علم أفراد الأسرة أنك تحاول فهمهم – مواطن القوة والضعف فيهم – فذلك يعني أنك تحب كلا منهم وتعتني به. وإذا ما حاول أي عضو من أعضاء الأسرة الوقوف في منتصف الطريق أثناء هذه المحاولة التى ترمي إلى فهم العائلة والوقوف على توازنها، فمن المحتمل أن تكون قد أصبت أو دخلت إلى مجال حساس يحتاج منك التركيز عليه. ويجب أن يكون واضحا لكل أفراد الأسرة أنك تطبق معيار ٣×٥ على نفسك أيضا – وعلى نحو أكثر تشددا من تطبيقه على الآخرين – وأنك بحاجة إلى مساعدتهم ومساندتهم وملاحظاتهم أيضا. وهذا البرنامج عندما يبدأ، يصبح موضوعا مطروقا في كل من المحادثات والمشاركات الأسرية. بل إنه يمكن أن يكون مصدرا من مصادر الرضا والمتعه.

ويمكن لنا عن طريق برامج الوقاية الأسرية التى من هذا القبيل تحقيق الصحة الأسرية – والابتعاد عن الأمراض الأسريه.

العلاقه الثنائيه

"الوحدة قوة والتفكك ضعف"

بعد أن تناولنا المخاطب بوصفه فرداً وبعد أن تناولنا أفراد الأسرة يأتي الآن دور تناولنا "للمتكلم" بصيغة الجمع – العلاقه الثنائيه التي تخص الوالدين، بوصفهما رجل وامرأه، ومن منظور أنهما يشكلان الطبقه الثانيه من طبقات تلك البنيه الفائقه. إن صحة عائلتكما ترتبط بالتزام كل منكم تجاه الآخر. ولابد أن يكون لهذه الصحه علاقة أيضا بالقيم والأهداف المشتركه بينكما. لابد أن تكون لهذه الصحة علاقه بالنهوض بأعباء قيادة الأسرة قيادة ثنائيه (الأب والأم) بدلا من الجو المفكك، الذي تتداخل فيه الحياوات دون أن يكون هناك ضابط أو رابط. والعلاقه الثنائيه القوية هي بمثابة الأساس السليم الأمين عند الأطفال. والأطفال عندما يعرفون أن والديهم يهتم كل منهما بالآخر ويسانده وأنهما قادران على حل الخلافات يشعرون بالأمان وهم يتعلمون الارتباط بكل من الوالدين وببعضهم البعض الآخر. يجب علينا أن نراجع علاقتنا الثنائيه وهل يعرف كل منكما الآخر بحق؟ هل أنتما متنافسان؟ هل يساند كل منكمما الآخر كفردين وفي العلاقة الأبويه؟ هل يشعر أبناءكم بالأمان إزاء التزام كل منكما نحو الآخر؟ هل أنتما أمينان مع بعضكما؟ هل تسويان خلافاتكما علانية وبشروط عادلة؟ هل يضحي كل منكما من أجل الآخر؟ عندما تنشب الخلافات بينكما، هل ينتصر الشخص نفسه وينهزم المنهزم نفسه؟ لو أن الزوج هو الذي ينهزم بصورة مستمرة، فما الذي يوحي به ذلك إلى أطفال الأسرة الصغار عن النمو وبعد أن يصبح الطفل رجلا؟ وإذا كان الزوج هو المنتصر دوما، فما معنى ذلك عند الأطفال الصغار؟ ماذا يعني انتصار الزوجه أو خسارتها بصورة مستمرة عند الأطفال الصغار من البنات؟

وإذا أردتما أن تتبينا وظيفتكما كوالدين، فإن ذلك يحتم عليكما أن تدرسا نفسيكما كزوج، كزوج وزوجه، كوالدين، كأم وأب، كحبيب وحبيبه، كوحدة واحدة، كتوحد. إن أساس الصحة الأسرية، ومن ثم الوقايه، هو صحة الفرد في الأسرة، ولكن العلاقه الثنائية تشكل الطبقه الثانيه من طبقات البنيه الأسرية. ويتعين علينا استبعاد كل المشاعر السيئه، ماضيها وحاضرها، وأن ندرس حاليا التزام كل منا إزاء الآخر. لسنا بحاجة إلى أن نتدارس مشاعرنا في ليلة الزفاف ولا مشاعرنا مع مولد أول طفل لنا. وإنما يجب أن نتدارس مشاعرنا **الحاليه**.

وحتى عندما يكون الوالدان منفصلين أو مطلقين (وربما يكون ذلك بصفة خاصة عندما تكونا منفصلين أو مطلقين) فإنهما يجب عليهما أن يقيما بصدق وهدوء كيفية تأثير العلاقه التى تربط بينهما على بقية الأسرة. يجب أن يلقيا نظرة واعيه وصادقه على قيمهما وأهدافهما المشتركه. وإذا كانا مطلقين أو منفصلين فإن أطفالهما يجب أن يعرفوا أكثر من ذي قبل أنهما يحبانهم ويهتمان بهم وأنهما (الوالدين) مايزالا هما الأساس بالنسبة لأبنائهما، الأبناء بحاجة إلى أن يعرفوا أكثر من ذي قبل أن والديهما مسئولان عن صحة أبنائهما، وأنهما متحدين كوالدين برغم ما أصاب زواجهما.

يجب أن يعرف الأبناء بلغة منطقية وواضحة الطريقه والأسباب التى أدت إلى فشل الزواج. واحذر أن تطلع أبناءك على موقفك فقط. واحذر أن تصب جام غضبك المستمر على زوجتك أو تغرق أولادك في قصة الزواج الفاشل. والسبب في ذلك أن الأبناء الذين يعيشون مع أحد الأبوين، يجب أن يفهموا كيف وصل الحال إلى ماهو عليه والأسباب التى حتمت أن يصل الحال إلى ماهو عليه أيضا. والأمانه والصدق ليست هي أفضل السياسات – وإنما هي السياسة الوحيدة.

ترى ما هذا الذي تبدأ في ارسائه ابتداءا من يوم الزفاف؟ ألا تزال تحس ذلك؟ أما زلتما تحبان الحبل نفسه حتى تمضيا أنتما وأسرتكما خلال الحياة؟ أم أنك ترى زوجتك في حفرة الوحل وهي تجذب الطرف المعاكس من الحبل؟

يجب أن تخلقا لأطفالكما بيئة سليمه آمنه هل تشعران بالثقة لأن أبنائكما متمتعون بمشاعر قويه عن الإحساس بقيمتهم الذاتيه، نظرا للجبهة الموحدة القوية التى أثبتم أنتما الاثنان انكما تظهران معاً فيها كل يوم،؟ وهل تشعران بالثقه أيضا لأن ابنائكما يستطيعون مقاومة مختلف الاغراءات التى قد تواجههم وأنهم قادرون على النجاة منها؟ إن كانت الإجابه بـ لا، فما هي أسباب ذلك؟ هل يعلم أبناؤكما أنكما متحدين في المنزل، ومهتمين وتحبان بعضكما وعلى استعداد أن تفعلا كل مافي وسعكما من أجل الحفاظ على سلامتهم وسعادتهم؟ مفهوم الأبناء عن الوالدين هو أنهما اثنان في واحد، إثنان من البشر في هذه الحياه يعيشان سويا. وعندما يتهدد الخطر هذا المفهوم، يشعر الأبناء بالخوف والارتباك والاكتئاب والإحباط.

هل يجذب كل منكما الأبناء إلى الاتجاه المعاكس؟ هل تعرفان بعضكما معرفة حقه؟ هل كلفتما نفسيكما مشقة معرفة مشاعر الشريك والطريقه التى يفكر بها، أو معرفة الأسباب التى تدفع طرفا من الطرفين،

سواء كان رجلا أم إمرأه، أن يجئ رد فعله على نحو معين؟ هل تعرف الأسباب التى تدفع زوجتك إلى الصياح؟ وهل تعرفين الأسباب التى تجعل زوجك يفقد صوابه ويدفع الأبواب؟ وهل تطيحين بالأشياء وتردين على الصياح بالصياح عندما يدفع زوجك الباب؟ هل يشاهد أبنائكما ذلك ويراقبانه في تشكك عندما ينشرخ أساسهم أمام أعينهم؟ هل يتعلم أبنائكما شيئا من ذلك الذي يحدث؟ أنتما تراهنان، أن أبنائكما يتعلمون الخوف والإرتباك ويروحون يتعجبون عما جرى لأسرتهم. والمنزل الذي ينشرخ أساسه لايعد مكانا آمنا للطفل. والعلاقه الثنائيه هي نموذج العلاقات المثاليه التى يحذو ولدك حذوها في علاقاته الإنسانيه، وولدك يتعلم من هذا النموذج كيف يرتبط بالوالدين، وبالأنداد وبمن هم خارج الأسرة.

هل مازلتما تأتيان الأشياء الظريفه سويا باعتباركما ثنائي مكون من زوج وزوجه؟ هل تذهبان سويا لمشاهدة الأفلام السينمائيه أو للغداء، أو تنظمان مناسبات خاصة تلتقيان خلالها؟ أم أن كلا منكما يقول للآخر: أنت مشغول؟ هل الرومانسيه مازالت تنبض بالحياة في زواجكما؟ أم أن الرومانسيه قد فات أوانها في حكايتكما؟ هل ينظر أبناوكم إلى علاقتكما ويعرفون منها أنكما يهتم كل منكما بالآخر ويحب كل منكما الآخر؟

هل أنتما أمينين مع بعضكما؟ هيا، قولا، هل أنتما أمينين مع بعضكما بحق؟ هل أنتما أمينين مع بعضكما دوما؟ هل يعرف أبنائكما الكذب الأبيض الصغير الذي يكذبه كلٌ منكما على الآخر؟ وماذا عن الكذب الأسود الكبير؟ وهل تتوقعان من ابنائكما أن يتصرفوا بطريقه مخالفة ويكونون أمناء معكم لأنكم تطلبون ذلك منهم؟ عندما تنشب الخلافات بينكما، هل يشاهدكما أبناؤكما وأنتما تتعاملان مع بعضكما بطريقة عادلة وعقلانيه وخالية من العنف؟ "الحقائق فقط يامدام"، لاتتكلمي عن الماضي ولا تحضري شيئا منه لتضعيه على مائدة الحاضر. هل تحرصا بعد أي نقاش يدور بينكما على أن توضحا لأبنائكما أنكما مازلتما تحبان بعضكما بعضا وأن أيا منكما لايضمر حقدا أو غلا للآخر؟ وهل تتحاضنان بعد الشجار؟ إن كنتما تفعلان ذلك، فإن ذلك سيقنع أبنائكما أن الوفاق والإنسجام لايوجدان في جميع الأحوال. ولكن الحب هو الدائم.

التعامل مع الأبناء

"هل ينفذ أبناؤك ما تقول؟"

تعلمنا من الفصل الخاص بـ **تصرفات الآباء** أن ترسيم الحدود ترسيما

واضحا بين الآباء والأبناء يعد مفتاحا رئيسيا من مفاتيح وقف أية مشكلة مـن مشكلات المخدرات في أي أسرة من الأسـر. معنـى ذلـك أن الآبـاء يجـب أن يظلوا آباء والأبناء أبناءً. ويجب ألا يلتقيا الاثنان مطلقا.

وهذا بدوره عامل مهم في عملية الوقاية أيضا. إذ يتعين علينا قبل أن تطل علينا مشكلة المخدرات برأسها أن نحدد تحديدا واضحا من هو المسئول في الأسرة، من الذي يضع القواعد، ومن الذي يحدد الحدود الدنيـا والأسـباب الداعيه لذلك. والوالدان يمثـلان السلطه، وهمـا الإمتيـاز والقوه التـى سـوف تتولى المسئولية، وترسّم الحدود وتحمي الأبناء من النتائج الفتاكه التى تترتب على القرارات غير المدروسة. والأبناء عندما يبلغون من النضج حـداً يسـمح لهم بتبوأ أماكنهم في مجتمع الكبار يتطلعون إلى نموذج الوالدين.

ونحن يتحتم علينا، في ذات الوقت، أن نتعامل مع الأبناء بشروطهم. معنى ذلك أننا ينبغي أن نسند إليهم مسـئوليات الأطفـال–لامسـئوليات الكبـار. يجـب أن نتحـدث إليهـم حديـث الأطفـال، وأن نعطيهـم الخطـوط الإرشـادية ونوضح لهم النتائج من منظور شخص بـالغ حسـاس صـاحب سلطه ونفوذ. هذا يعني أننا بوصفنا آباءً يجب أن نتجشم الصعـاب فـي سـبيل أن نـدرك أن المشكلة التى قد تبدو تافهه لنا وغير ذي بال إنما تعد مشكلة مهلكه فـي عـالم الأبناء. لاتتجاهل المشكلات التى يأتي ولدك بها إليك ويطلب منك العون فيها – من منطلق إنها مشكلات صبيانيـه تثـير الضيـق والقلـق. ويجـب علينـا أن نحدد هنا إن كانت هذه حقيقيه من وجهة نظره هو، وليس مـن وجهـة نظرنـا نحن.

يجب ألا نطبق حلول الكبار على مشاكل الصغـار. يجـب أن نصغـي إلى الطفل الذي يبلغ الحادية عشرة من العمر في ضوء مشكلات هـذا السـن، وطفل الرابعة عشرة من العمر في ضوء مشكلات ذلك السن أيضا، قد يحـس أبناؤنا بالقلق إزاء المدرسة أو إزاء صديق لهم يتعاطى المسكرات، أو والـدي صديـق لـه مطلقين، أو قـد يشـعرون أو تشـعرن بـالقلق إزاء طبيعتهـم أو طبيعتهن الجنسيه. وتحتـاج كـل مشـكله مـن هـذه المشـكلات إلـى رد محـدد مدروس يناسب العمر الزمني لصاحب المشكلة، على أن يعطي مثل هذا الرد الطفل الفرصة كي يتخذ قراره بنفسـه فـي ضـوء الخطـوط الإرشـادية التـى أعطيته إياها. أعط الطفل فسحة من الوقت يتمكن خلالها من تفسير المشـكلة، وهيئ له الوقت الذي يسمح له بتفهم الخطوات الإرشادية التى أعطيته إياهـا. إيـاك واتخـاذ القـرارات العشـوائيه. ولا تتوقـع مـن ولـدك أن يطلعـك علـى

مشكلاته إذا إتضح له أنك غير قادر على التعامل معه بشروط الأبناء، بوصفك والدا، عادلا، متفهما محبا – وأنك لست قاضيا.

سيجيئ الوقت الذي ينبغي علينا فيه أن نشجع الطفل على أن يحمل إلينا حلوله الخاصة لمشكلاته الخاصة، ويتحتم عليه أن يواجه النتائج التى تترتب على القرارات التى يتخذها.

ومعروف أن النتائج الإيجابيه تقوى قراراته وتدعمها. والطفل عندما يتخذ قرارا وينجح فيه، تصبح هذه السابقه بمثابة أداة من أدوات التعلم يمكن أن يقيس عليها بعد ذلك القرارات التى من هذا القبيل. وإذا ما ترتبت على مثل هذا القرار نتائج سلبيه أو مؤلمة، فإن هذه السابقه، تتحول أيضا إلى أداة تعليميه. وبذلك يتمكن الطفل من تغيير قراره بما يسمح له بالحصول على نتائج ايجابيه في المرات القادمة.

والوالدان يؤديان وظيفتين في هذه العملية. أولاهما، أنهما يجب عليهما التصرف كمراقبين استهدافا للسيطره على أبعاد قرار الطفل حتى تتحول عملية حل المعضلات إلى أداة تعليمية بحق، ولا تتحول إلى خبرة او تجربة مدمرة. وثانية هاتين الوظيفتين، أن الوالدين يجب أن يتحولا إلى مدربين يقومان بتفسير النتائج. يجب أن يشجعا أطفالهما على إعمال العقل في النتائج التى تترتب على قراراتهم، وأن يحللوا هذه النتائج ويتوصلوا إلى قرارات أفضل تترتب عليها نتائج سليمه ومقبولة.

إحذر أن تنقل السلطة والقوة والامتياز إلى الأطفال المراهقين ثم تنتظر منهم أن يتخذوا قرارات حكيمه ومنطقية إذ من الصعب تماما على أن يكونوا عقلاء ومنطقيين بصورة مطلقة. وليس من قبيل المفاجأه أن يتخذ طفل يبلغ من العمر ثلاثة عشر عاما، قرارا متسرعا لايتصف بالحكمه والنضوج. والسبب في ذلك أن المراهقين لم **ينضجوا بعد**. ويحتاجون إلى مساعدتنا.

وكما أن المراهقين لايستطيعون اتخاذ قرارات من قبيل تلك التى يتخذها الكبار، فإننا لايصح أن نتركهم يتخبطون هنا وهناك بحثا عن مجموعة قيمهم الخاصة. وفيما يتعلق بالوقاية، من الضروري أن يقوم الوالدان باعطاء أبنائهم قيما أسرية محددة. كما ينبغي على القواعد الأسرية أن تكون انعكاسا لتملك القيم في إطار السيطرة على حياة الأسرة في نطاق الإطار المحدد لمعتقدات الأسرة.

ويتعين أن تكون قيم الأسرة واضحه ومعلنة. هل يعرف أبناؤكما أراؤكما في مشكلات بعينها، وهل يعرفون رأيكما عن العالم وطريقتكما في مواجهة المشكلات؟ وأولى القواعد التى يتعين إرساؤها في الأسرة هي كفالة الحريه لكل من يريد من أفراد الأسرة، أن يتحدث عن أية قيمة من القيم أو قاعدة من القواعد. والسبب في ذلك أن عدم فهم أية قيمه من القيم الأسريه أو أية قاعدة من قواعدها أو عدم القدرة على مناقشتها يجعل أفراد الأسرة يتشككون فيها، ويخشونها، ويميلون إلى تجاهلها والخروج عليها أو كسرها ولكن مناقشة هذه القواعد تعني فهمها.

يجب أن يكون للأسرة منتدى. يجب أن تكون الأسره، أكثر وحدات المجتمع حميميه؛ مكانا للامتاع والمرح. ملجأ نلوذ إليه عندما يصيبنا الألم. الأسرة ينبغي أن تكون شيئا يشعر فيه كل فرد من أفراد الأسرة بالفخر لأنه ينتمي إليه. ينبغي أن يكون من حق كل فرد من أفراد الأسرة أن يعرض على الأسرة، أية مشكله مهما كانت حرجه، ويحصل من الأسره على تغذية ارتجاعيه أمينه ومسانده شافيه أمينه ومريحه. ومناقشة المشكلات والآلام مناقشة صريحه من قبل أفراد الأسرة في جلساتهم اليوميه المعتادة هو الذي يجعل أفراد الأسرة يتآلفون مع حياة بعضهم بعضا. وهذا يجعل من السهل على أفراد الأسرة استشعار أي خلاف يطرأ على حياة أية اسرة من الأسر الأخرى. وعندما يعرف أي فرد من أفراد الأسرة أن أفراد الأسرة كلهم يركزون عليه ويساندونه ويطرونه، يصعب عليه أن ينسلخ عن الأسرة ويخلق لنفسه المتاعب. والصغار من أفراد الأسرة بصفه خاصة، بحاجة إلى أن يعرفوا أن منتدى الأسرة موجود من أجلهم طوال مواجهتهم لمشكلات النمو. ويجب أن يكون معلوما أن منتدى الأسرة ضروري للوقايه من المخدرات.

وتصل احتمالية نجاح الوقايه من المخدرات إلى أقصى مدى لها عندما نكون أمناء وصرحاء في كل جوانب حياتنا وجميع حياوات أفراد الأسرة. الوقايه تعني أن كل فرد من أفراد الأسرة يعي ويفهم القيم والقواعد الأسرية. الوقايه معناها أن كل فرد من أفراد الأسرة له الحق في أن يتكلم عن أي شيئ في إطار دائرة الحب الأسري.

ويتعين على الأسر أن توفر الجو الذي يستطيع فيه كل فرد من أفراد الأسرة أن يشعر بقيمته ويستشعر أهميته. بغض النظر عن طول هؤلاء الأفراد أو قصرهم أو متانتهم أو نحافتهم. والسبب في ذلك أن كل فرد من

أفراد الأسرة سواء كان ذكرا أم أنثى، يُقيِّمُ بما هو أو هي عليه كفرد، ومايحققه أو تحققه للأسرة.

والأسر لديها رسالتان يتعين توصيلهما إلى جميع الأفراد. وأولى هاتين الرسالتين هي رسالة الحب المقبوله التى سبق أن تناولناها. إذ لايهم هنا من تكون وماذا تكون، لأن أفراد الأسرة يقيموك ويحبونك لأنك فرد في الأسرة. وثانية هاتين الرسالتين تتعلق بالحدود الدنيا. ومنظومة القيم الأسرية هي التى تقبل بعض الأنماط السلوكيه وتجيزها وهي أيضا التى ترفض أنماطا سلوكيه أخرى وتعاقب عليها. ومع ذلك فإن تطبيق العقوبات في حالة انتهاك هذه المنظومة لايعني الانتقاص من حب الأسرة لذلك العضو الذي تسبب في هذا الانتهاك. ومن المعلوم أن كل فرد من أفراد الأسرة يجب أن يفهم أن هاتين الرسالتين لاتتعارضان مع بعضهما، يجب أن يعلم كل فرد أن الحدود الدنيا قد رسمت حبا في الفرد وتقييما له واستشعارا لأهميته. الآباء يرسِّمون الحدود الدنيا رعاية لأبنائهم واهتماما بهم؛ الحدود الدنيا تُرسَّم اهتماما من الأطفال بآبائهم، واهتماما من الوالدين كل منهما بالآخر، واهتماما من الأطفال كل منهم بالآخر. الحدود الدنيا تعد جزء من رسالة حب القبول. وعندما ينتهك فرد من أفراد الأسرة حداً من حدودها الدنيا فإن ذلك يؤدي إلى تهديد أمن وسلامة الجو الأسري.

ويجب على الأسرة أن تشجع كل فرد من أفرادها على النمو كفرد مستقل، وذلك التزاما من الأسرة برسالة حب القبول. قد تنشأ بعض الظروف التى قد يرغب معها أحد أفراد الأسرة في أن ينمو في اتجاه يحتاج فيه إلى مساندة بقية أفراد الأسرة له وتضحيتهم من أجله. من ذلك مثلا، أن الأم عندما تقرر العودة إلى الدراسة، فإن كل فرد من أفراد الأسرة يتعين عليه أن يساعد في إنجاز الأعمال المنزليه. أو إذا ما قررت سوزي الإلتحاق بكلية الطب، فإن جوني يتحتم عليه الموافقة على الالتحاق بكلية أقل كلفة مساعدة منه لرصيد الأسرة المخصص للتعليم. وهذه المساندة التى يقدمها أفراد الأسرة لبعضهم بعضا وهذه المسانده التى يقدمها أفراد الأسرة لنمو بعضهم بعضا أيضا هي التى تربط أفراد الأسرة إلى بعضهم. الأسر تصبح أسرا لا لأنها كلها تعيش تحت سقف واحد وإنما لأن كل فرد فيها يسهم ويشارك في رفاه الآخرين.

والمجال الأخير من مجالات الوقاية يتمثل في وجود الأسرة التى تتشارك في صنع الأشياء. وليست الأسرة التى تشترك في اسم العائله أو اللقب، أو العنوان أو غرفة الغسيل. ليست الأسرة التى تتناول طعامها في

أوقات منفصله، ليست الأسرة التى يذهب كل فرد فيها مذهبا خاصا به. . لاتسمح لجدول الوالدين العاملين المحموم والمضطرب والأطفال المشغولين بنشاطات مختلفة أن يحول بين أسرتك وبين أن يكون لها أوقات أسريه محددة. ولما كان مجتمعنا من المجتمعات المتحركه التي تتعدد فيها وسائل الإتصال، فإن ذلك يهيئ للمراهقين السبل التى يتحاشون بها أن يصبحوا جزء من الأسرة. والأطفال عندما يبلغون سن الثانية عشر أو الثالثة عشر من العمر لايستسخفون فكرة عدم تواجدهم بصحبة آبائهم أو إخوانهم أو أخواتهم. وعادة ما يعزي انسحاب الطفل من الأسرة إلى "تلك الفترة الغريبه التي يمر بها الأبناء". البنات لم تعدن ترغبن في التسوق مع أمهاتهن. وكذلك الأبناء لايريدون من آبائهم أو أمهاتهم أن يقبلوهم أو يحتضنوهم بعد أن يفوزوا في لعبة من الألعاب. ولايودون من أحد أن يقبلهم عندما يتفوقون في دراستهم. المراهقون لايودون في أغلب الأحيان أن يتناولو وجباتهم مع بقية أفراد الأسرة. بل إنهم يفضلون تناول طعامهم في غرفهم، أمام التليفزيون، أو في منزل صديق لهم، أو أن يقولوا إنهم لايشعرون بالجوع. وهذه كلها مؤشرات على ضعف الروابط الأسرية. كيف يستطيع الأب استرجاع تلك الروابط مع مراهق من المراهقين ولا تضيع منه مع الأطفال الأصغر سنا من المراهقين؟

من مسئولية الوالد، أولا وقبل كل شيئ، أن يصر على تواجد الأنشطة الأسرية. ونحن نقول هنا أيضا، أن هذا حد من الحدود الدنيا. يعني ذلك أن الأطفال لا رأي لهم في ذلك. معنى ذلك أن هناك وجبات محددة يتعين على أفراد الأسرة أن يتناولونها سويا، بغض النظر عن حصص الرقص، تدريبات كرة الوتد Bascball أو جداول المواعيد الإجتماعيه. خذ على سبيل المثال، أن ليلة الأحد يمكن أن تكون ليلة عائلية. قد تكون ليله يتناول أفراد الأسرة فيها الفشار ويشاهدون خلالها التليفزيون بعد تناول الغداء. قد تكون ليله يذهب فيها أفراد الأسرة لمشاهدة فيلم سينمائي. أو قد تكون ليله تخصص منتدى للأسرة. وفي جميع الأحوال، يجب على الآباء تحديد مواعيد لبعض الوجبات، أو تحديد بعض الأمسيات أو بعض النشاطات التى تجعل الأسرة تواصل عملها كأسرة بحق. يجب ألا يتوقف الأطفال عندما يدخلون مرحلة المراهقه عن الذهاب إلى الكنائس أو المعابد أو زيارة الأجداد والجدات. لابد أن تظل هذه الأشياء من بين النشاطات الأسرية.

هناك بعض الآراء التى تقول: إن فرض الأشياء على المراهقين يزيد من ثورة عنادهم. الواقع هو أن المراهقين جميعا يختبرون حدود عالم الكبار وتوقعاتهم. وهذا شيئ طبيعي في عملية النمو. وكقاعدة عامة، فإن

المراهقين الذين لايكتشفون وجود الحدود يكتئبون ويضطرب نموهم. والمراهقون يشعرون بمنتهى الراحة – طوال اختبارهم للحدود الأسرية – عندما يكتشفون حدودًا وتوقعات آمنه. إنهم يكتشفون أن آبائهم يهتمون بهم عندما يقولون لهم: "انتم تنتمون إلينا بحق". وفي أغلب الأحيان التى يكون الوالد فيها آمرا ومتشددا ثم يتحول عما كان عليه تحولا مفاجئا، فإن الأمر يستغرق من المراهق بعض الوقت كي يقبل التغيير ويشعر معه بالارتياح. إن كان الأمر كذلك فهو على مايرام. ويستحق العناء.

وتشجيعا منا لاستعداد المراهق للانضمام إلى النشاطات الأسرية، يجب علينا أن نستفيد من المناقشات الأسرية التى تدور أثناء الطعام أو أثناء الإجتماعات الأسرية الأخرى في تشجيع أفراد الأسرة على اقتراح مايرونه مناسبا لأن تقوم به الأسرة كلها. ربما يود مراهق من المراهقين أن تتلقى أسرته دروسا في التزحلق على الجليد. أو إذا كان للطفل اهتماما خاصا بموضوع من الموضوعات، فقد يفضل أن تتضمّن عطلة الأسرة زيارة أحد المتاحف أو استاد دودجر، أو القيام برحله نهرية في نهر المسيسبي. هناك أيضا بعض الأشياء التى تكون قريبه من منزل المراهق ويود لأسرته مشاركته في الذهاب إليها، برغم أن ذلك قد يتطلب شيئا من الإقناع. من ذلك مثلا مسابقات السباحة، عرض السيارات الأثريه، سباق الدراجات القديمه، وتفضل غالبية المراهقين عدم دعوة آبائهم إلى مثل هذه المناسبات إلا إذا شجعهم الآباء على ذلك.

في بعض الأحيان قد يتحتم على الأسرة أن تفعل بعض الأشياء لوحدها؛ وفي أحيان أخرى لابد للسماح لأفراد الأسرة باصطحاب أصدقائهم إلى منازلهم. وكلما زاد تفاخر المراهق بأسرته قل احتمال انتهاكه لمنظومات الأسرة القيمية. يضاف إلى ذلك أن التعاون مع الأسر الأخرى يعطي الطفل مجالا أوسع يجرب فيه الإحساس بقيمته الذاتيه، وقبوله وقيمته كمخلوق بشري. الإتصال بأجيال أخرى من الأسرة يهيئ للطفل أساسا أكبر من البشر الذين يشعرون نحوه بالرضا زد على ذلك أن الأجيال الأسرية الأكبر سنا، الأجداد، العمات، الأعمام والأخوال، تُقوّي منظومة الأسرة بوصفها بنيه راسخه، مستمره وقوية. ويجب أن تتوازن النشاطات الأسرية المشتركه بين أفرادها مع النشاطات الفرديه. فقد يكون الأب عضوا في نادي من نوادي الخدمات. وقد تكون الأم من أولئك اللائي يتطوعن للعمل يومين في المستشفيات. وقد تكون الإبنه من المهتمات بالرياضه أو قد يكون الإبن من المتيمين بلعب كرة الوتد Baseball. ويستطيع أفراد الأسرة أن يساعد بعضهم

بعضا من خلال النشاطات الفردية ثم ينضمون بعد ذلك إلى النشاطات الأسرية.

وإذا كانت أسرتك خاليه من تعاطي المخدرات، فبادر إلى تطبيق إجراءات الوقايه فورا. أما إذا رأيت السحب تلوح في الأفق، فابحث عن أبنائك بطريقه غير الطريقه التى كنت تبحث بها من قبل. وحاول أن تبحث داخل أسرتك والمس كل فرد من أفراد الأسرة لمسه أمينه تعبر عن الحب والاهتمام.

إزرع في أبنائك الفكرة التى مفادها أن الحياة تعني أن يعرفوا أنفسهم ويعرفون العالم أيضا. الحياة تعني تحديد الأهداف وشعورهم بالرضا عن أنفسهم دونما حاجة إلى الكيماويات. شجع أبناءك عندما يتقنون ما يفعلون. ثم أعد توجيههم عندما يرتكبون ويبدأون في إرتكاب الأخطاء. وحاول العثور على أبنائك عندما يتوهون ثم أعد توجيه بوصلاتهم من جديد. استعمل الحب والحزم. الوقايه هي أسهل الطرق لاحتواء حرب المخدرات. الوقايه هي أقيم الطرق في احتواء حرب المخدرات.

قائمة مراجعة الوقاية

١- هل من السهل عليك أن تشغل نفسك بنشاطات أبنائك ومشكلاتهم عن أن تنظر إلى الحياه والتعامل مع احتياجاتك ومشاعرك الخاصة؟

٢- هل من بين والديك من كان يتعاطى الكحوليات، سواء كان جداً أم من أقرب الأقارب؟

٣- هل تدفع ولدك إلى لعب كرة القدم نظرا لأن والدك دفعك إلى لعبها؟ هل النشاطات التى تشارك أبناءك فيها هي النشاطات نفسها التى شاركت والديك فيها أيضا؟

٤- هل تحرض إبنتك على ضرب المواعيد الغرامية في مرحلة مبكرة نظرا لأنك لم تصب الكثير من الحياه الاجتماعيه في الجامعة؟ هل أنت آمر ومتشدد مع ولدك لأن والدك كان آمرا ومتشددا معك؟

٥- هل أنت منهمك في عملك إلى حد أنك تغفل التدريبات البدنيه والتمتع؟

٦- هل تشعر بالقلق وأنت تهتم بمنزلك وبأبنائك إلى الحد الذي يشغلك عن إتيان الأمور الإجتماعيه مع أصدقائك؟

٧- هل هناك علاقه صريحه وتسانديه بينك وبين زوجتك؟

٨- هل أنت "والد مسئول" في نظر أبنائك أم أنك "رفيق" لهم؟

٩- هل تشعر بأنك واقع تحت ضغط في بعض الأحيان؟ وهل تشعر بالغضب والضيق والاكتئاب في أحيان كثيره؟

١٠- هل تعرف حقيقة ما يحدث لأبنائك؟ وهل تعرف ذلك الذي يخشونه ويخافونه؟ وهل تعرف ذلك الذي يسير على مايرام؟ وذلك الذي لايسير على مايرام؟ وذلك الذي يحبون أن يكون في حياتهم حاليا؟

١١- ماهي معتقدات اسرتك وقيمها فيما يتعلق بالله، الروح، الأخلاقيات، معنى الحياة، الجنس، والأسرة الخ كل هذه الأمور؟ وهل تتكلمون بصراحة في هذه الموضوعات؟ وهل منظومة معتقدات وقيم الأسرة منظومة مترابطه؟ وهل يفهم كل أفراد الأسرة هذه المنظومة؟

١٢- هل يشاهدك أبناؤك وأنت تطبق قيم المنظومة الأسرية؟ وهل يتعلم أبناؤك مما تقوله لهم أو ذلك الذي يرونه منك في حياتك اليومية؟

١٣- هل تتشارك أسرتك في نشاطات دوريه؟ كم عدد الوجبات التى تتناولها الأسرة مع بعضها البعض؟ وهل يتشارك أفراد الأسرة في الحديث؟ وما الذي يفعله أفراد الأسرة معا استهدافا للمتعة والمرح؟ هل يشارك كل فرد من أفراد الأسرة في النشاطات الخاصة بأفراد الأسرة الآخرين؟

١٤- عندما يجتمع أفراد الأسرة إلى بعضهم بعضا، فهل يصغون وينتبهون إلى أعمال المال والأعمال الهامة في الأسرة؟ وهل يخشى أبناؤك الحديث عن مشكلاتهم مع بقية أفراد الأسرة؟

١٥- هل يشعرك أفراد الأسرة بقيمتك وباهتمامهم بك وبأهميتك عندما تكون مع الأسرة؟ وهل تفعل زوجتك ذلك؟ وهل يفعل ذلك كل واحد من أبنائك؟ هل تعمل أنت ويعمل كل فرد من أفراد الأسرة من أجل أن يشعر كل فرد من أفراد الأسرة الآخرين، بقيمته وأهميته؟

الفصل التاسع

الأسرة السليمة

"بناء أجسام قويه...وعقول قوية...وأرواح قوية...و..."

تراود معظم الأمريكيين صورة مفرطة في الخيال عن الأسرة السليمه، وهم يؤسسون هذه الصورة على كل شيئ بدءً من إنجاز الجده وانتهاءً بما نراه في الإعلانات التجارية التى تروج لشرائح القمح. ترى، هل الأسرة السليمه هي تلك التى يتناول أفرادها إفطارهم سوياً صباح كل يوم؟ أم هي تلك الأسرة التى تتعاطى الفيتامينات يومياً؟ أم أنها تلك الأسرة التى تتردد على الكنيسه أو المعبد كل أسبوع؟ أم إنها هي تلك الأسرة التى لها ٥ر٢ من الأطفال؟.

الأسرة السليمه لاعلاقة لها بامتلاك السيارات الصالون، أو الكلاب، أو التى لبيتها سور من الأوتاد البيضاء أو التى تمتلك جزازة لعشب الأرض، الأسرة السليمه لاعلاقة لها بالمخيمات أو تلك التى تزين نوافذها بالصناديق التى تحتوى على زهور ونباتات الغرنوقى الجميله. الأسر السليمه ليست هي الأسر التى تتواجد في العروض التليفزيونيه أو التى تتردد على دور السينما لمشاهدة الأفلام التى يجري حل المشكلات فيها خلال ثلاثين دقيقه فقط.

بروفيل الحياه الأمريكيه آخذ في التغير. نسبة الأولاد تحت ثمانية عشر عاما الذين لايزالون يعيشون مع أحد الوالدين لاتزيد بحال من الأحوال عن خمسة وسبعين في المئة. وعندما يصبح السلوك أمرا صعبا في المنزل يتحول الأبناء إلى التركيز على التكسب من الإعلانات التجارية. من هنا فإن تنميط الحياه لتكون من قبيل "أوزي وهاريل" وكذلك تنميط حياة الأولاد يدخل في عداد الأعمال غير الواقعيه. هذا التنميط يجعل من الصعب على الناس أن يثقوا بأسرهم. يضاف إلى ذلك، أن الصراع الطاحن، في الحياه، التى يحياها الناس سويا طوال أربع وعشرين ساعة، سبعة أيام في الأسبوع، هذا الصراع الطاحن بين الأب والإبن، بين الأنداد، بين الزوج والزوجه

يضيف أيضا إلى تلك الصورة التى تقل عن الصوره التليفزيونيه المفرطه في الخيال.

الآباء الحقيقيين ليسوا روبرت يونج. والأمهات الحقيقيات لسن دوناريد. كما أن الأبناء الحقيقيين ليسوا أيضا هم الموسكوتيرز Mousktcers (الفرسان). وهذا لايعني أن الأسرة تجيئ في المرتبه الثانيه أو أن أفراد الأسرة لاقيمة لهم.

ماهي الأسرة؟

"الأسرة خلطه أسريه قديمه"

"سويا" هي الكلمه السائده في أي أسرة من الأسر. ذلك أن كل أسرة من الأسر تعد خليطا فريدا من الأشياء السعيده الدافئه والعجيبه، خليط من الأحداث المؤسفه والمؤلمة، ولكن هذا الخليط مكون من أشياء مر بها أفراد الأسرة سويا. إلى حد أن الأسرة عندما لاتكون مترابطه مع بعضها ترابطا فعليا ويعيش كل أفرادها تحت سقف واحد، فإن الأسرة السليمة تترابط مع بعضها روحيا، ذهنيا وعاطفيا – في السراء والضراء.

والأسرة حادث سحري في شئون الإنسان – الأسرة حادث لأن الأسر تحدث، وهي لاتوجد وحسب. ويضاف إلى ذلك أن الأسرة تُحْدَث بصورة مستمرة. والأسرة تتوسع لتشمل النمو والحركه. والأسرة تتقلص وتغلظ لتصد عن نفسها مختلف القوى الخارجيه التى تهاجمها.

ولكن إذا كانت الأسرة السليمه شيئا حيا يثير العجب فهي كيان يستغرق وقتا طويلا وعملا كثيرا وحبا دافقا. هذا الكيان يحتاج إلى تواصل أمين مستمر. هذا الكيان يحتاج إلى قواعد ونظم. ويتعين على هذا الكيان أن يكون مرنا بالقدر الذي يسمح بالتغيير، ولكن ينبغي لمثل هذا النظام أن يكون مستقرا على نحو يسمح له بأن يكون دوما مرفئا هادئا.

المشكلات العائلية

"التعامل مع الثآليل*"

العائلات الحقيقية – بما في ذلك أسلم العائلات وأسعدها – تعاني من

---

*المقصود بالثآليل في هذا التعبير هو المشكلات الصغيره (المترجم).

المشكلات. وهذه حقيقة من حقائق الحياه. والمشكلات لامهرب منها – مشكلات نمو الأبناء، مشكلات زوج وزوجه يحاولان أن يعيشا حياة حب وزواج في وقت تتغير فيه احتياجات الناس، مشكلات أناس ساعاتهم الداخليه لاتكون متزامنه دوما مع بعضها بعضا، المشكلات التى تترتب على اختلاف مايحبه وما لايحبه المرء.

قد تحدث في بعض الأحيان مشكلات كبيرة، مثل الأمراض الخطيرة، والمشكلات الاقتصادية، وضياع عمل الأب أو أية كبوة تحدث لإبن من الأبناء فيما يتعلق بالدراسة أو في مجال الرياضة أو حياته العمليه. هناك أيضا الخسائر الطبيعية. فالأبناء يكبرون ويتركون بيوتهم. البشر يخسرون مظهرهم الشبابي الجميل – المعده الضامرة تتحول إلى كرش كبير، البشره المتوردة تصاب بالتجاعيد. البشر يضحون بأحلام الحياه التى تتحول إلى أحلام جديده أكثر واقعيه. وفاة الأصدقاء. وفاة فرد من أفراد الأسرة، وقد يكون أحد أفرادها المهمين. ومع الوفاة يخيم على الأسرة إحساس بالألم والضياع. وعندما تصيب الوفاه جيل الأب، يخيم على الأسرة شعور بالتغيير.

الأسر الحقيقية فيها الندب وفيها مواقع الجمال أيضا، فيها الانتصارات وفيها الهزائم.

أسلوب التعامل مع المشكلات هو الذي يوضح إن كانت الأسرة سليمه أم لا. الأسر السليمه تتعامل مع المشكلات، كل المشكلات، بطريقه بناءة ومتناميه. ولكن الأسر المريضه يغلب عليها الخوف/أو تتغير تغييرا جذريا بفعل كل من المشكلات الصغيرة والكوارث الكبيرة. الأسر السليمه تعزز إحساسها بقيمتها، وبمهاراتها، ومواهبها، وبكامل كيانها كأسرة عن طريق أسلوب تعاملها مع المشكلات الصغيرة والكوارث الكبيرة.

كيف تتعامل الأسر السليمه مع المشكلات اليوميه الصغيرة؟ الأسرة السليمة تحول المشكله إلى فرصة من الفرص المتاحة. وحدة العائلـه تساعد كلا من الطفل والبالغ على التغلب على الاكتئاب، الخوف والقلق وتحويلها إلى إحساس بالأمل. وعلى سبيل المثال، قد ينشب صراع بين كل من سوزي وبوبي Bobby على لعبة معينة. والوالد غير السليم هو ذلك الذي ينهي ذلك الصراع باصدار مرسوم من مراسيمه إستهدافا منه لفض النزاع على الفور فيقول: "خذ أنت اللغز يابوبي. وخدي أنت الكتاب ياسوزي. وأنا لا أريد أن أسمع أي شيئ بعد ذلك عن هذا الموضوع. هل سمعتما ما قلت". قد تكون المشكله قد انتهت عند هذا الحد ولكن أحداً من أفراد الأسرة لم يتعلم

أي شيئ من هذا الصراع. في هذا النوع من العائلات تكون الإجابه عن "لماذا" باستعمال "لأنـي قلت ذلك". أما في الأسرة السليمه فالإجابه عن "لماذا" تكون إجابه حقيقية تقوم على المنطق والأسباب السليمه.

الأب في الأسر السليمه يستفيد من الصراع بين كل من سوزي وبوبي على اللعبه، بأن يجلس مع الإثنين ويساعدهما على الوصول إلى حل لمشكلتهما. وبذلك يتحول الموقف، من موقف يسيطر عليه الكبار، إلى تجربه يتعلم الطفلان منها شيئا عن طريقة التعامل التعاوني داخل الأسرة.

وهذا مثال آخر: يعود جوني مساء كل يوم إلى منزله قادما من المدرسة في وضع مذر وفي صباح كل يوم يعزف عن الذهاب إلى المدرسة. ويشخص الأب الأمر على أن بعض الأطفال يضايقونه في المدرسة، ويضربونه في ملعب المدرسة. في الأسر غير السليمه قد يتمتم الأب ببعض الكلمات النابيه "عن أولئك الحقراء" ويطلب من ولده جوني أن يذهب إلى المدرسة "ويضربهم ضربا مبراحاً. ويسقيهم من نفس الدواء الذي سقوه إياه". وفي الأسرة السليمه يناقش الوالدان مع ولدهما الأسباب التى تؤدي إلى حدوث المشاجرات في ملعب المدرسة ثم يوجهان ولدهما إلى حل المشكله بنفسه. ونظرا لأن جوني قد يواجه هذه المشكله أو مشكلة أخرى شبيهة بها مرة ثانيه، فإن جوني يتحتم عليه اتخاذ قراره بنفسه ويحل المشكله لوحده. وهنا يتحول الوالدان إلى مجرد مراجع وحسب. التصرف على هذا النحو لايعطي جوني فرصة التعامل مع موقف طارئ وحسب وإنما يعده لحل مشكلاته مستقبلا.

زد على ذلك أن أي مشكلة من المشكلات الصغيرة يمكن أن تهيئ الفرصة للطفل كي ينمو ويتعلم ويتحمل المسئولية. وهذه الطريقة ليست مجرد تكنيك جديد لنمو الطفل، وإنما هي تكنيك جيد أيضا لنمو الأسرة السليمة. التعامل مع المشكلات الصغيرة باعتبارها فرصة يتعلم منها الطفل وتساعده على النمو، يعزز من كيان الأسرة ككل ويقويه.

والمشكلات الكبيرة التى من قبيل الوفاه، الضوائق الماليه، أو الضوائق والمتاعب التى يقع فيها أفراد الأسرة يصعب على الأسرة أن تتعامل معها.

ومن المعروف أن الكوارث الكبيرة تترتب عليها ردود فعل تتسم بالرعب والخوف والقلق. والأسر السليمه عندما تخرج من الكوارث والنوائب والقلق تبدأ في تصنيف ذلك الذي يمكن عمله عن طريق موارد الأسرة لعلاج المشكلة القائمة.

والعائلة السليمه، عندما تنزل بها كارثه من الكوارث تتكاتف مع بعضها. وهنا يسقط كل فرد من أفراد الأسره من حسابه النشاطات غير الضروريه ليشكلوا فريقا يساند الفرد الذي نزلت به تلك الكارثه. وينمو بين أفراد الأسرة شكل من أشكال الإقتراب، ينمو لديهم إحساس بالمساندة، وتضحية الأفراد، قبل كل شيئ، في سبيل ذلك الذي ألمت به الكارثه.

ثانيا، لاتلجأ الأسرة التى تعالج مشكله من المشاكل الكبرى إلى الدنيه أو الغش لحل المشكله. كما لايحاول أفراد الأسرة تبرير المشكله. ومعروف أن أغلبية البشر، عندما تقع في ضائقة، يغلب عليها أن تلقى باللوم على شخص آخر، بدلا من أن تنظر إلى الموقف نظرة واقعيه. ومعروف في العائلات السليمه، أنه عندما يبدأ فرد من أفراد العائلة في إلقاء اللوم على الآخرين، أو عندما يبدأ في عقلنة المشكلة أو يندب حظه مع الآلهة، فإن هناك أفرادا آخرين يساعدون على تصحيح تلك العقلنه ويعيدون كل أفراد الأسرة إلى حقائق الموقف المجردة الواقعيه. وبادئ ذي بدء، فإننا لن نتمكن من تسخير موارد الأسرة أو التحرك لحل المشكلة إلا بعد أن نبدأ في التعامل مع الحقائق المجردة.

والأسرة عندما تكون واقعيه وأمينه تستطيع توصيل شعور قوي بالحب والمساندة. ولاتسمح للفرد المكروب أن يحس بضياع قيمته أو أن يتصرف من هذا المنطلق نظرا لأن رسالة الأسرة إليه تقول في مثل هذه الظروف: "خل عنك، إنك ماتزال شقيقنا... شقيقتنا، والدنا، أمنا، زوجي، زوجتي... لانزال نحبك ونستشعر قيمتك رغم الموقف الطارئ الذي أنت فيه. إن الموقف نفسه هو الذي يتعين علينا مواجهته. نحن لانواجهك كشخص".

وهذه الرسالة الأساسية عن القيمه الذاتيه هي والحقائق المجردة يسهلان المضي قدما بعد ذلك والاستفادة من مواهب الأسرة في الوصول إلى حل للمشكلة.

وبعد أن تتخطى الأسرة موجات المشاعر الجارفة، يبدأ أفراد الأسرة العمل في اتجاه حل المشكله. وأفراد الأسرة لايحلون المشكله لصاحبها والسبب في ذلك أنهم إن فعلوا ذلك فقد يقللون من إحساس ذلك العضو بقيمته وإحساسه بالكرامة. والذي يفعله أفراد الأسرة هنا هو التأكد من أن المسئولية تقع على عاتق صاحب المشكله وحده، ولكنهم يساعدونه بأفكارهم وبأسئلتهم وبكل مايستطيعون الإسهام به كفريق استهدافا منهم لمساعدة هذا الشخص على حل المشكلة. ويتعين على صاحب المشكله أن يبادر بحلها

حتى يخرج منها بإحساس مفاده أنه هو سيد نفسه، وأنه قادر على حل مشكلاته والحفاظ على إحساسه بقيمته.

وعندما يبدأ صاحب المشكله في تحمل المسئوليه، يتحول المنتدى العائلي إلى مستودع لتخزين الأفكار. ويجوز لأصغر طفل أن يسأل سؤالا ساذجا أو يأتي بحل للمشكله. وبذلك تشجع الأسرة الأفراد على المشاركه في حل المشكلة. وبادئ ذى بدء، قد يكون الشخص ضحية المشكله: عبارة عن ضحية يائسه لاحول لها ولا قوة. أو قد يكون شخصا صاحب مشكله هو الذي سوف يتحمل المسئولية ويتصرف في هذه المشكلة. ويعد التشجيع على اتخاذ القرار خطوة مهمة في هذه العملية.

وعندما تتبلور خطة من الخطط وعندما يجري إتخاذ قرار من القرارات، تبدأ الأمور في الإتجاه صوب إيجاد حل للمشكلة وتبدأ موارد الأسرة كلها تتضافر مع بعضها. وهنا قد تعود الزوجه إلى العمل كي تساهم في حل المشكله من الناحيه الماليه. والأب قد يتحمل جزءً من مسئوليات المنزل لكي يهيئ للأم فرصة العودة إلى العمل. ويجب على الأبناء أن يساهموا في احتياجات الأسرة. وبهذه الطريقه، يتفاخر كل فرد من أفراد الأسرة: "لقد تناولنا مشكلتنا وحللناها وساعدنا جميعا في حلها".

وفي النهاية، تجيئ مسألة تحويل المشكلة لتصبح جزءً من تاريخ الأسرة. وقد يغلب على بعض الأسر غير السليمه أن تلصق المشكله بصاحبها إلى الأبد – سواء حلت الأسرة هذه المشكله أم لم تحلها. ومن هذه المشكلات مثلا مشكلة ابنة العم التى حملت سفاحا. والعم الذي يعاني من مشكلة الشراب. معنى ذلك أن الأشخاص الذين يكونون من هذا القبيل تعلق مشكلاتهم على رؤسهم. معنى ذلك أيضا أنهم لايسلمون مما أصابهم بفعل هذه المشكله.

الأسر السليمه تحول المشكله وحلها إلى جزء من ماضي هذه الأسر. بل إن هذه الأسر تحول مثل هذه المشكلات إلى محطات رئيسية يجري التركيز فيها على إبراز صفات الشخص والثناء عليها، ولكن بشرط أن يتم فصل الشخص عن المشكله. أو بمعنى آخر، "أنت لست المشكله. وإنما أنت شخص كانت لديه مشكلة، وأنك استطعت، بمساعدة الأسرة لك، أن تتغلب على هذه المشكلة".

هذه النوعية من التاريخ الأسري، هذا التفسير للواقع مهم في عملية الحفاظ على كيان الأفراد وفي الحفاظ على الأسرة بوصفها عملية حيه. البشر ليسوا أهم المشكلات الصغيره والناس يقعون في المشكلات الصغيرة.

المشكلات تجيئ وتروح. ولكن الفرد يظل هو الشخص صاحب الوجه المشرق، الصفات الخاصة وصاحب الحب والإهتمام.

وهكذا نجد أن المشكلات الصغيره والكوارث الكبيرة – بدلا من أن تخرج الأسر السليمه عن الخط السليم تصبح أساسا للرضا والفخر والنمو.

وتعد قوة صمود الأسره في وجه المشكلات مقياسا جيدا من مقاييس سلامة الأسرة ورفاهها باعتبارها وحدة من الوحدات. قوة الأسرة عبارة عن موقف. قوة الأسرة هي طريقة رؤيتنا لمشكلات الحياه المعتادة وطريقة نظرتنا إلى الكوارث الكبيرة. قوة الأسرة هي طريقة نظرنا إلى المشكلات نفسها. هل هذه المشكلات قابله للحل من وجهة نظرنا أم أنها من النوع الذي يستعصي على الحل؟ هل هذه المشكلات تبدو لنا كما لو كانت حواجز أو سدود؟ كل هذه الأمور تساعدنا على النمو والمضي قدما. يضاف إلى ذلك أن القدرة على النمو والمضي قدما تعزز إحساس كل فرد من أفراد الأسرة بذاته.

دور أم حقيقه؟

"مهلا، إنه أنا بحق".

سبق أن أوضحنا، أن الأسر غير السليمه تلجأ إلى لعب الأدوار استهدافا للتخلص من الإدمان الكيمياوي. ولكن الأسر السليمه تختلف عن الأسر غير السليمة.

الأسر السليمه مكونه من أفراد، وليست مكونه من بشر يحمون أنفسهم بأدوار (السلامه) مصنوعة لهم. أعضاء الأسر التى من هذا القبيل نراهم في كليتهم (سلامتهم)، تلك الكُلّيه الثريه المركبه.

وأفراد الأسر غير السليمه عندما تصبح لهم أدوار يتحولون إلى مجرد صور كاريكاتوريه. صور كاريكاتوريه يمكن لنا أن نتوقع ما ستقوم به.

الأفراد الذين من هذا القبيل يكون علاجهم للمشكله ذاتها باستعمال العلاج الذي سبق أن لجأوا إليه مرات عديدة من قبل. بمعنى إذا حدث كذا فالعلاج هو كذا. معنى ذلك أن تحديد السلوك النمطي لاصحاب الأدوار الأخرى لايستغرق وقتا طويلا. ويترتب على ذلك أن يتعرف كل فرد من أفراد الأسرة، وعلى وجه السرعة تماما، الأدوار التى يؤديها الآخرون، تصرفاتهم، استجاباتهم وتتحول الحياه إلى تجربة صماء.

ويتمثل الخطر الآخر في أن أفراد الأسرة ينظرون إلى أنفسهم بالمنظار نفسه الذي ينظر به الغير إليهم. وينغلق هؤلاء الأفراد على أدوارهم الجديدة بصورة يفقدون معها الإتصال بشخصيتهم الطبيعية. وسواء أكان الأمر يتعلق برؤية الآخرين لك، أم برؤيتك أنت لنفسك، فإن البشر يتحولون إلى إناس آليين عندما يقومون بمجرد أداء الأدوار المحددة لهم. ومعروف أن الإنسان الآلي لامشاعر له. وترتيبا على ذلك فإن السلوك الدفاعي الذي يحمي الفرد من الألم والأذى يمنعه أيضا من تجربة التمتع والسعادة. ومسألة أن يكون الإنسان مخلوقا بشريا تستوعب كلا من اللذه والألم.

الأسر السليمه لاتحتوي إلا على دورين فقط، وهذان الدوران يتعلقان بالطريقه التي يؤدي بها كل فرد من الأفراد وظيفته في الأسرة. والدور الأول من هذين الدورين هو دور الأب – ناضج، مسئول، راع، مساند – الشخص الذي يضع الحدود وهو الذي يُؤَمِّنُ العالم لأولئك الأشخاص الذين يقومون بالدور الآخر، الأبناء. ودور الطفل هو أن يكون نفسه وأن ينمو ويتعلم أشياء عن نفسه في إطار إحترام أفراد الأسرة وتطلعه إلى الحياه والعالم.

هذان الدوران سليمان. ولكن هذين الدورين لايعترضا مطلقا طريق الفرد في أن يصبح فردا في الأسرة. معنى ذلك، أن الناس ليسوا مجرد آباء أو أبناء وحسب. إنهم أفراد لكل منهم طفولته، تاريخه، مصالحه الخاصة، طرقه الخاصة في الإبتسام والعبس، عاداته الطريفه، بمعنى أن كل هؤلاء الناس لديهم كل المقومات التي تصنع منهم بشرا، بعيدا عن الدور الذي يقومون به. الأم ليست والدة وحسب. إنها إمرأه. فهي تغني ضمن جوقة الكنيسه. وهي صاحبة مكتب عقارات. وهي تهوى تنسيق الحدائق. وهي طباخة ماهرة. وهي تكره تنظيف المنزل ولكنها تقوم به في كل الأحوال. وهي تقرأ كثيرا. وهي حساسة لتناول الفول السوداني. ومات Matt ليس مجرد طفل وحسب. هو ممن يحصلون على المركز الثاني. وهو لايحب الخضروات. وهو يستطيع التزحلق باستعمال الأحذيه ذات العجلات. لقد شاهد أفلام الرعب مرتين وصاح فيهما. إنه يستطيعَ أن يحدث صوتا مثل صوت سيارة النقل هو خجول إلى حد ما ومحبوب أيضا. وهو يعرف الكثير جداً عن الديناصورات.

الأصحاء من البشر يطلعونك على حقيقتهم فعلا. إنهم يكشفون عن أفكارهم ومشاعرهم الداخلية في كل ما يقولونه أو يفعلونه. وليس معنى ذلك أن البشر الأصحاء "يتقيئون كل ما بداخلهم" في كل حين. والأحرى، أن يعني

ذلك أن الجزء الحقيقي من هؤلاء الناس هو الذي يظهر براقا خلال تصرفاتهم. إن كل مايقوله هؤلاء الناس والطريقه التى يتصرفون بها ماهو إلا تعبير حي يعكس حقيقتهم.

الأصحاء من البشر يكشفون عن مشاعرهم الداخليه بتصرفاتهم الخارجيه. الأسر السليمة تنتج أناسا صرحاء يستطيعون التعبير عن أنفسهم. كما تساعد الأسر السليمه الآخرين على التعبير عن أنفسهم بطريقه أمينه ومتميزه أيضا.

والأسرة السليمة تقبل الاختلافات، بل انها تشجعها. وكون جون هو أول شخص أحمر الرأس في الأسرة على إمتداد أربعة أجيال لايعني أنه غريب على الأسرة. بل إن هذا يعني أن جون يتميز بشيئ خاص به هو. قطع الفطائر لايمكن أن نطلق عليها أسماءً من قبيل أسماء البشر مثل: "سميث" أو "جونز" أو "ولسون". الأسر هي عملية صنع البشر.

الأسر السليمه تساعد بعضها في التعامل مع ضغط الأنداد والضغط الإجتماعي القادم من خارج الأسرة. الأبناء، بصفة خاصة، يواجهون ضغوطا من مدرسيهم الذين يريدون لهم أن يكونوا طلابا جيدين، ومن المدربين الذين يريدون لهم أن يكونوا رياضيين بارزين، كما يواجهون ضغوطا أيضا من مدرسيهم في مدارس الأحد أو في المعابد نظرا لأن هؤلاء المدرسين يتمنون لهم أشياءً محدده، ويواجه الأبناء ضغطا من الأصدقاء الذين يريدون منهم أن يشاركوهم المزح وما إلى ذلك. هناك نماذج للأدوار في المنازل، في المجتمع، في الرياضه، في التليفزيون وفي الأفلام السينمائيه. وكل هذه النماذج تخلق ضغطا يحتم التعامل معه. ويجب على الآباء والأشقاء والشقيقات أن يفهموا الضغط الخارجي حتى يتسنى لهم تشجيع كل ابن من الأبناء على أن "يكون هو نفسه".

الأسر لايتحتم عليها أن تكون أمريكيه دما ولحما حتى تكون سليمة. فالأب يمكن أن يكون بلا عمل. قد يكون الأب هو الشخص الذي يشغل نفسه بمسألة صك الرهن العقاري، ولكنه قد يكون أيضا ذلك الشخص الذي يدخل كل غرفه من غرف الأبناء ليقول لهم: طاب ليلكم. وقد يكون ذلك الشخص الذي يتعاطى يوميا دواء بسبب ارتفاع ضغط دمه، أو ذلك الشخص الذي يشتاق إلى العيش في أوماها Omaha، تلك المدينه التى نشأ وترعرع فيها.

قد تكون الأم منفصلة عن الأب. وقد لاتعود إلى المنزل قبل السادسة مساءً. وعليه فهي تأكل المعلبات أكثر من المطهيات. هي لاتعرف شيئا عن السيارات ولذلك يحيلها مصلحوا السيارات إلى محطات غسيل السيارات في

معظم الأحيان. وعندما جاء دورها لتحضر معها شيئا من الكيك عند ذهابها لحضور إجتماع مجلس الآباء، نسيت أن تأخذ الكيك معها. وهي متيمه أيضا بتنسيق الزهور الشرقيه. وقد فشلت في أول محاولة لها لإجتياز الإختبار الذي يعقد لوكلاء العقارات، وهي تجتهد بحق حتى تتمكن من إجتياز الإختبار في الجولة القادمة.

السلامة هنا لاتعني الكمال. السلامة هنا تعني الواقعية، بغض النظر عن موقعك في الحياة. لايهم إن كنت في شقه أو كنت في قصر. لايهم إن كنت تعمل أو جالسا في المنزل. لايهم إن كنت صغيراً أو كبيراً. لايهم إن كنت ترقى السلم أو عند قمته. السلامه يمكن أن توجد في كل أسرة.

التواصل في الأسرة السليمه لايعني الأصغاء والاستماع فقط نظرا لأنك تظن أنك تعرف ذلك الذي يجب أن يقوله أي فرد آخر من أفراد الأسرة. الأسر السليمه تتوقع الخلافات، المفاجآت، والطرافه في تعاملاتها.

هناك نوع من الفضول تجاه كل فرد من أفراد الأسرة، ماذا حدث لهم في يومهم وماذا يدور لهم في حياتهم. زد على ذلك أن كل يوم يضيف شيئا إلى تاريخ كل شخص في الأسرة.

تقديم الهدايا جهاز طيب من أجهزة قياس الحراره في الأسر السليمة.
- ترى، هل يقدم أفراد أسرتك هدايا تعبر عن إهتمام أفراد الأسرة بمصالح بعضهم أم أنهم يقدمون هدايا لاعلاقة لها بالفرد؟ هل قدم أحد للأب رباط عنق بمناسبة عيد ميلاده في حين أن الجميع يعرفون إنه مولع بأربطة العنق القوسيه؟ هل أهدى أحد أفراد الأسرة تومي Tommy جرسا Jercey فانله من طراز فانلات فريق دالاس كاوبويز علما بأن فريقه المفضل هو واشنطون ريد سكنز Redskins Washington؟ أو، هل أهدى أحد الوالده كتابا عن الأكواخ الإنجليزيه نظرا لأنه يعلم مدى حبها للعمارة الإنجليزيه؟ هل أهدى أحد مولى Molly ملصقا حقيقيا من ملصقات فرقة باليه جوفري عن جولتها الأخيره تشجيعا ل موليMolly على حبها للرقص؟ إذا كانت الهدايا مقصوره على أعياد الميلاد، وعيد رأس السنه والمناسبات الخاصة الأخرى وتعد مسألة روتينية، نوعيات من الهدايا الملزمة فالناس هنا يعاودون تمثيل الأدوار أكثر من التفاعل الحقيقي. والأسرة التى تقدر كل فرد من أفرادها بوصفه إنسانا تجد كثيرا من المرح في إختيار "الهديه المناسبه". تقديم الهديه يكون مصحوبا بشيئ من المرح والدفء اللذان يرتبطان بتقديم الهدايا وبخاصة عندما يكون البحث عن هذه الهدايا القيمة مقرونا بالحب والإهتمام.

ونستطيع تحديد سلامة أسرتنا عن طريق تدبر أسلوب حياتنا اليومية. هل هذا الأسلوب ميت وكئيب وجاف؟ هل يفعل الأب والأم الأشياء نفسها عندما يعودون من العمل كل يوم؟ هل يفعل الأبناء الأشياء نفسها عندما يعودون من مدارسهم كل يوم؟ هل الغداء مسألة روتينيه وليس اجتماعا عائليا؟ هل يخطو أفراد الأسرة خطاهم كما لو كانوا يعيشون مع بعضهم أم يخطون خطوات من يعيشون مع بعضهم بحق؟ هل يشاهد أفراد الأسرة عروضا تليفزيونيه واحده طول الوقت أم أنهم يتصارعون حول من يشاهد ماذا؟ الصراع ليس سيئا بالضرورة. هنا صراع صحي أيضا. فالناس يريدون أن يفعلوا أشياء مختلفة في أوقات مختلفة ويحسون أحاسيس مختلفة عن الأحداث المختلفة. الأسر التي يكون أفرادها واقعيون ولايؤدون أدوارًا تثور بينهم صراعات صحيه نظرا لأن أفراد الأسرة يكبرون ويتغيرون. الحياه الخاليه من الصراع الصحي تبعث على الضيق والملل وتتحول إلى حياة من جانب واحد. الصراع المحموم يسبب الضعف والوهن. أما الصراع الصحي فيستعيد الشباب ويجدده.

الأدوار الجنسيه

"كن أم باربى"

غلب على حركة المرأه خلال العقدين الماضيين الاتجاه نحو معاملة البشر بوصفهم أفراداً، بغض النظر عن الجنس. وهذا اتجاه طيب. ومع ذلك تعد الطبيعه الجنسيه جزءًا أساسيا من الشخصيه. إن مسألة أن يكون الفرد ذكراً أم أنثى إنما هي قضيه محلولة على الصعيدين البدني والثقافي. ولكن المسأله لاتتعلق بطريقة رؤية البشر الآخرين لك. وإنما طريقة رؤيتك أنت لنفسك.

الآباء والأبناء لهم أدوار جنسيه ولابد من لعب هذه الأدوار بطريقه صحيه. ويجب ألا تتغلب الطبيعه الجنسيه على الطبيعه الفرديه. من ذلك على سبيل المثال، إن كون آمي Amy أنثى لايعني أن حبها للعرائس يجب أن يكون أقوى من حبها للرياضه أو الأدب أو العلوم. الطبيعه (الشخصيه) الجنسيه يجب ألا تعوق توني Tony عن حب الشعر وحصص الرقص. وكونه رجلا لاتعني أيضا لابد أن يكون مراقبا للخطوط في مباراة من مباريات كرة القدم.

ويدور جزء من الحديث الذي يجري بين الآباء عن أداء الأدوار طبقا للجنس، بمعنى ماذا يعني للأسرة كون أحد أفرادها رجلا أو امرأة.

والمراهقه، بصفة خاصة، تكون مصحوبه بوعي ذاتي لكل من الجنس والجنسيه. والإنتماء الى جنس بعينه يشتمل على طريقة التواصل، والملبس، ولغة الجسم، وطريقة اتصالك بأفراد جنسك، وكذلك طريقة اتصالك بأفراد الجنس الآخر. والأسر السليمه، تنتج أولا وقبل كل شيئ، بشرا راضين عن جنسيتهم الخاصة. وتعد العلاقه التى ينشئها الطفل مع والد من الجنس نفسه، والتفاعل الذي يحدث بينه وبين والد من الجنس الآخر نموذجان يحذو الطفل حذوهما فيما يتعلق بطبيعته الجنسيه.

تقاليد الأسرة

"التاريخ في طور صنعه."

كل أسرة لها تقاليدها، سواء أكان ذلك نوعا من الزينه يوضع على أعلى شجرة عيد الميلاد أو احتفالا دينيا. والأسر مكونه من أجيال من التقاليد، بعضها يتم الإلتزام به إلتزاما شديدا والبعض الآخر يجري تعديله بحكم انتقاله من جيل إلى جيل.

والتقاليد تشكل جزءً مهما من الأسرة السليمة. وتقاليد المجتمع هي والتقاليد الشخصيه الخاصة بالأسرة يهيئان للطفل الأساس الذي يستطيع بمقتضاه أن ينمو ويتغير. والتقاليد هي التى توفر الإستقرار للأسرة. وهذه التقاليد هي التى تعطي الحياه المعيشه قوامها وعمقها والأدوات اللازمة لها. إذ يستحيل على الوالدين أن يصنعا "من خدش واحد" كل العناصر اللازمة لأسرة قوية. والآباء يتعين عليهم أن ينسجوا على منوال تاريخهم الأسري حتى يكون لهم نسيجهم العائلي المميز.

يجب على التقاليد أن تكون متصله بالمعتقدات الدينيه، القيم الأخلاقيه التى ينبثق الناس عنها، فضلا عن اتصالها أيضا بالخلفيات والطقوس العرفيه الخاصة بالمناسبات والعطلات. والتقاليد تساعد على تشكيل نموذج لها في إطار نسيج الحياة الأسريه. والأسرة، في غياب التقاليد، تصاب بالجفاف والجدب وتكون فارغة وخالية من المضمون.

ولكن ماذا عن التقاليد في أسرتك، تلك التقاليد التى تتعلق بآبائك وآباء آبائك؟ وهل تتحدث عن تلك التقاليد بوصفها أسرة وعن القيم التى تترتب على هذه التقاليد من منظور اتصال تلك التقاليد بأولئك البشر الذين كانوا يمارسونها؟ وهل توجد في أسرتك تقاليد لها علاقة بالمناسبات العائليه في البلد الذي تعيش فيه، أو بولايات أو بأقطار أخرى؟ هل من بين التقاليد السارية في أسرتك مايتفاخر به أبناؤك ويودون أن يشاركهم فيه أبناء آخرين

من تقاليد مختلفه؟ هذه الأجزاء الخاصة من النسيج الأسري الثري التى تتوارثها الأجيال تشكل جزءً رئيسيا من إحساس الطفل بالثبات والاستقرار والرسوخ. هذه الأجزاء تعد شيئا "ينتمي" إلى كل من الإبن والأسرة. وسواء كانت تلك الأسرة من الأسر الإيطاليه المهاجرة التى تبيع الفطائر مع الديك الرومي في أعياد الميلاد أو من الأسر التابعه لأسر الغرب الأوسط، أو من الأيرلنديه التى تحتفل بمولد القديس بارتيك، أو من الأسر اليهوديه، أو أسرة كاثوليكيه، أو من الأسر الجنوبيه التى تصنع الأيس كريم البيتي ... فهذه كلها أنواع من التقاليد.

والعيب في التقاليد، بطبيعة الحال، هو أنها يمكن أن تتحول إلى سترة ضيقه تماما. لأن التقاليد إن تعامل معها أصحابها باعتبارها كانت سارية ومعمول بها سوف تسري وسيسرى اتباعها والعمل بها، قد تتحول إلى شيئ جاف وقاس. ومن حق الأطفال أن يسألوا عن التقاليد ويفهمونها. والتقاليد التى يجري تفسيرها في ضوء القصص الأسريه البهيجه تزداد ثراء ودفئا وحبا. ولكن التقاليد التى يتحتم مراعاتها وتكريمها لمجرد "أن هذا هو الشكل التى عليه" تصبح جافه ومرهقه وملزمه.

من هنا يجب أن تسير المرونه جنبا إلى جنب مع التقاليد. يجب على التقاليد ألا تعترض طريق الأبناء وهم يتعاملون مع الأطفال الآخرين. كما يجب ألا تؤثر التقاليد على العلاقه التى بين الأب والابن. والمرونه ليس معناها التخلص من ماضي الأسرة القيم الثمين أو تجاهله أو التخلص منه. ولكن المرونه تعني، ببساطة، استجابة التقاليد لاحتياجات الجيل الحاضر. المرونه تعني الحذر من الماضي عند اختيار من ستكونه اليوم وإلى أين ستذهب في الغد. من ذلك مثلا، أن أسرة بول Paul تعمل في مجال مصانع صهر الصلب منذ أجيال. يضاف إلى ذلك أن أفراد أسرة بول كانت من طبقة العمال الكادحين. علاوة على أن أسرته كانت أسرة كاثوليكيه قلبا وقالبا. وكان جده قد هاجر إلى الولايات المتحده أثناء شبابه قادما من جنوب إيطاليا ولاتزال الأسرة تقدم عشاءً إيطاليا كبيرا في أيام الآحاد. وعندما أنهى بول المرحلة الثانوية حصل على منحه للالتحاق بالجامعة. وبذلك أصبح أول فرد من أفراد هذه الأسرة يلتحق بالجامعة. لقد كان يتطلع إلى أن يصبح كاتبا. وكان جده سعيدا لأن حفيده لم يعمل في مجال مصانع الصلب ولكنه لم يكن يشعر بالارتياح إزاء انتقاله للعيش في مدينة نيويورك. وحصل بول على درجة الماجستير وأصبح كاتبا غير رسمي شهير جداً. وظل بول لفترة طويله، لايفهم جزءً قيما من تقاليده الحياتيه. لقد نسى الكثير عن الجيران، نسى المنزل القديم المكون من طابقين، نسى الرائحة

أفران الصلب. ولكن بول لم ينس القصص التى كان جده يرويها له عن جنوب إيطاليا، "البلاد القديمه". ولم ينس بول أيضا حفلات الغداء التى كانت تقام أيام الآحاد. ولايزال إلى يومنا هذا لاتفوته مناسبة التجمع إلا بعد أن تزوج وأصبح له أولاد. لقد كان يتطلع إلى نقل ذلك الإحساس الدافئ نفسه، الشعور بالإنتماء إلى شيئ خاص، إلى أبنائه. ولكنه كان يتطلع أيضا إلى أن ينقل لهم المرونه التى وفرتها أسرته له، حرية أن يترك حياة العمال الكادحين التى خدمت أسرته على امتداد أجيال، بحثا منه عن انتماء جديد.

المرونه هي القدرة على الاختيار من بين التقاليد، موروث الأسرة، وابتكار أساليب جديدة، أفكار جديدة، وتكنيكات جديده لمواجهة الحياه. المرونه تسمح للبشر بالتكيف مع المواقف الجديدة والوفاء باحتياجاتهم.

ويستطيع الآباء في الأسر السليمه تشجيع المرونه إلى أبعد حد ممكن عندما يشتركون مع أبنائهم في التقاليد التى آثروا الإحتفاظ بها والإبقاء عليها. يجب أن يساعد الآباء أبناءهم على فهم التقاليد، وأن يساعدونهم في ذات الوقت على اكتشاف أساليب جديدة ينجزون بها الأشياء. ويتعين على الآباء أن يزرعوا في "أطفالهم موقفا مفاده أن الماضي ثمين ويستحق الحفاظ عليه ولكن المستقبل مثير ويستحق الاستكشاف. ويجب على الأبناء أن يعوا أيضا أن التقاليد أداة لفهم المستقبل. والأطفال عندما يربطون تقاليد الأسرة بما يتعلمونه اليوم، إنما يوجدون بذلك تقاليدهم الخاصة بهم.

منظومة المسانده

"الحصول على الحد الأدنى من المتطلبات اليوميه"

تعد الأسرة من الناحية التقليدية، الوحدة المساندة الأساسية في تلبية الاحتياجات البشرية.

والأسرة، في غالبية المجتمعات، هي التى تعلم الطفل المهارات اللغوية، المهارات الإجتماعيه، السلوك الجنسي بل إنها هي التى تعلمه أيضا حرفه من الحرف. فالبنات الصغيرات تتعلمن كيف تكن زوجات وأمهات. والأبناء الصغار يتعلمون كيف يكونوا أزواجا، آباءً، وعائلين. يضاف إلى ذلك أن الأسرة تورث المهارات المهنيه وتنقلها من جيل إلى جيل. وكبار أفراد الأسرة يعلمون صغارها. والسن موقر لما ينطوى عليه من حكمه وخبره.

ولكن الأسرة، في المجتمع الأمريكي، لم تعد منظومة المساندة الأساسية. فقد حلت محل الأسرة سلسلة كبيرة من المؤسسات الخارجية، من

نواحي كثيره جداً ومن المسلم بـه أن مراكـز الرعايـه اليوميـه وبرامـج هيد ستارت Head Start تقوم بالتربيه والتنشئه ولكنها تحل الآن محل الأسرة فيما يتعلق بهذين الأمرين. المدارس العامة تقوم بدور تربيه وتعليم الأطفال. النظام الطبي يرعى المرضى. منظومة الصحه النفسـية تساعد البشر على التعامل مع الضغوط والآلام التى تصيب حياتهم، المدارس المهنيه هي التـى تعلم الناس الحرف. هناك قدر كبير من التأثيرات الخارجيه على كـل شيئ. وقد أدت هذه التأثيرات إلى الاستحواذ على قدر كبير من الدور الذي تقوم بـه الأسرة.

لكن هل يصيب هذا الذي يجرى نجاحـا؟ هـل الأسـرة "الجديـدة المحُسَّنَه، المتأمركـة أفضل حـالا؟ الواضـح أن الإجابه بـالنفي. لأن معـدل الإنتحار آخـذ فـي الـتزايد. كمـا يـتزايد أيضـا عـدد مدمنـي الكحوليـات والمخدرات. ويبدو أنه عندما توقفت الأسـره عن أن تكـون وحـدة المسـانده الأوليه الأساسية فشلت المنظومة. والسبب في ذلك أن المؤسسات لايمكن أن تشبع احتياجات البشر مثلما تشبعها الأسرة. فالأسـرة التقليديـه ترعـى أصغر الأطفال وأكبر الأجداد، ولكل فـرد مـن أفـراد الأسـره دوره الـذي يؤديـه فـي العمليه التى تستمر "من المهد إلى اللحد".

من هنا، تواجه وحدة الأسرة الأمريكيه هجوما مستمرا. هنـاك معدل الطلاق الذي يهاجم الأسرة ويقتحمهـا. خفـة الحركـه الحديثـه تهـاجم الأسـرة. التليفزيون، وألعاب الفيديو وشبكات البث الخطيه تهاجم الأسرة بتشتيت الناس بعيدا عن التواصل الأساسي الواقعي.

ويتعين على أسرة اليوم في أمريكا أن تعمل جاهدة تماما للتغلب على هذه الهجمات وتثبـت أنهـا منظومـة قويـة مـن منظومـات المسـاندة. والأسـرة السليمه يجب أن توفـر للطفل الصغير الرعايـه اللازمـة التـى تجعلـه يعيش ويكبر. والناس عندما يتقدمون فـي السن، تظـل الأسـرة المنظومـه الرئيسـيه للمساندة عند مواجهة مشكلات الحياه. الكبار يحتاجون أيضا إلى الرجوع إلى ينبوع الأسرة". ويستحيل على أي فرد من أفراد الأسرة أن يجعل احتياجاته. تزيد على احتياجه إلى منظومة المساندة الأسرية. كما يتعين على الأسـرة أن تكـون المجموعـة الحميمـة التـى يستطيع الفـرد أن يحتفـل معهـا بنجاحاتـه وبطريقه لايمكن أن يأتيها الفرد مع أي غريب عن الأسرة. والأسرة لايتعيـن عليها أن تتيح للفرد فرصة النمو وحسب، وإنما يتعين عليها تشـجيع أفرادهـا على بذل أقصى ما في وسعهم. يجب أن تكـون الأسـرة المكـان الـذي تتهيـأ للفـرد فيـه حريـة اختيــار الأفكــار الجديـدة، الأهـداف الجديـدة، خصــائص

على بذل أقصى ما في وسعهم. يجب أن تكون الأسرة المكان الذي تتهيأ للفرد فيه حرية اختيار الأفكار الجديدة، الأهداف الجديدة، خصائص الشخصيه الجديدة، وكذلك الحاجة إلى التغيير. يجب أن تكون الأسرة مكانا حميما مألوفا يتقاسم فيه فرد الأسرة أهم لحظات حياته مع الآخرين.

وإذا كان على الأسرة أن تنهض بأعباء منظومة المساندة القوية، فإنها يتعين عليها أيضا أن تكون مكانا للنضال والصراع. مكان يستطيع أفراد الأسرة أن يصبحوا فيه ما هم عليه حاليا ويحلمون فيه بما سيكونون عليه من خلال المشكله والحل، ومن خلال التقاليد والمرونه. والشخص الذي يقاوم هذه الصراعات يحتاج إلى التغذيه الإرتجاعية الأمنيه من أولئك البشر الذين تربط بينهم رابطة الدم والأسرة، والحب العائلي والمسانده هما اللذان يمكنان الشخص من الرسوخ وهو يكافح من أجل النمو.

واحتياجات الأفراد تتغير في إطار الأسرة تغييرا جذريا على امتداد الحياه. وهذه التغييرات تتأثر بالنمو البيولوجي عندما ينتقل الإنسان من مرحلة الصغر والاعتماد على الغير إلى مرحلة الكبر والاستقلال. التغيير يحدث عندما يتحول الحب الرومانسي بين رجل وامرأه إلى حياة يعيشانها سويا ويمارسان فيها الأبوه. التغيير يحدث عندما يهجر الأطفال العش. التغيير يحدث عندما يبدأ الزوجان يواجهان إحباطات منتصف العمر والقيود التى تترتب على عملية كبر السن نفسها. كما تتغير أبعاد الحاجة مع التقدم في العمر – الحاجة إلى الخصوصيه في مواجهة الحاجة إلى الإشراف، البعد في مواجهة القرب. هناك أيضا الإحتياجات الروحية وكذلك الإحتياجات الاجتماعيه. يضاف إلى ذلك الاحتياجات الصحيه البدنيه المتغيرة. من هنا، يتعين على منظومة المسانده الأسرية أن تتغير حتى يمكن لها أن تستوعب كل هذا التغيير.

والأسرة يتعين عليها أن تجلس، من حين لآخر، وتقيّم المدى الذي وصلت إليه، وتقيّم أيضا الطريقه التى تتعامل بها مع التغيرات البشريه فيها، وطريقة عملها لمنظومة من منظومات المساندة. يجب أن يتعرف كل فرد من أفراد الأسرة احتياجاته الخاصة وهل يجري تحقيقها والوفاء بها أم لا. وان كان لديك مراهقين، فهل لاتزال منظومة الاسناد الأسري تعمل كما لو كان هؤلاء المراهقين أطفالا صغارا؟ وهل منظومة الإسناد الأسري تتناسب مع ما وصل إليه البشر من نمو ومراحل سنيه؟ وهل المساندة في الأسرة هي مجرد مسانده ماديه وحسب – المأكل، الملبس والمأوى؟ أم المنظومة تقدم أيضا المسانده العاطفيه، الإجتماعيه والروحية أيضا؟ هل يجري الوفاء

باحتياجات أفراد الأسرة على المستوى الفردي وعلى المستوى الجماعي أيضا.

الأسرة السليمه ليست أسرة سليمه لمجرد أن شخصا ما هو الذي يحضر اللحم إلى المنزل. والمتطلبات العاطفية لايمكن الوفاء بها إلا بعد الوفاء بالمتطلبات الماديه، ومع ذلك فإن المتطلبات الماديه بحد ذاتها ليست كافيه. كشفت بعض الأبحاث التى أجريت عن منظومات المسانده عند الحيوان، أن الحيوانات الصغيرة التى تنمو بمعزل، أو بالأحرى بعيدا عن مساندة أي من الوالدين لها، تموت في أغلب الأحيان قبل أن تصل سن البلوغ.

الأسرة هي أكثر منظومات الإسناد متانة ونجاحاً بحق. والأسرة، على العكس من أية منظمة أو مؤسسة أخرى، تستطيع التأكيد على التعليم من خلال الحب كما تستطيع أيضا أن تعجل بالتعليم عن طريق لمسات التعاطف والتفاهم.

صناعة البشر

"إستعد، صوّب، إفتح النار"

الأسر ليست مصانع. وليست هناك عملية تصنيع تنتج منتجات جديدة تماثل كل التى تم إنتاجها من قبل. وإنما المسألة هنا تشبه، إلى حد كبير، عمل الحرفي الذي يتناول مادة خام ثم يحولها إلى شيئ نادر، كما أن التفاعل الذي يحدث بين الحرفي والمادة الخام هو الذي يحدد جودة العمل ونوعيته. والأمر كذلك في صناعة البشر. التفاعل الذي يحدث بين الآباء والأبناء هو الذي يحدد نوعية الأسرة وجودتها.

يواجه معظم الآباء مهمة صناعة البشر بدون أي تدريب أو مهارات. ولدى الناس اعتقاد راسخ مفاده أن الشخص يولد ومعه غرائز وطباع أبيه أو أمه، وأنه نظرا لأن الشخص يولد وهو مزود بمعدات ذكوريه أو أنثويه، فإنه يتزوج ويتكاثر تكاثرا بيولوجيا، وأن ذلك الشخص نفسه مؤهل لعملية صناعة البشر. وهذا الاعتقاد خاطئ، انه اعتقاد ساذج للغايه.

وعندما نصبح "نحن الإثنان" "ثلاثتنا" فالمسأله يجري تبسيطها تماما. والسبب في ذلك أن الأبوه تتطلب المران الواعي الدقيق على الرمايه حتى يمكن في النهايه إصابة الهدف – الأسرة السليمه.

والزوج والزوجه عندما يقرران أن يكون لهما طفلا يتعين عليهما أن يتوقفا ويتدبرا مسألة تحويل "تفكيرهما الثنائي" إلى "تفكير أسري". وهل هما قادران على تحقيق ذلك؟ إن أقل ما يواجههما هنا من تعب هو وجبات إطعام الرضيع عند الساعه الثانيه ومشكلة التوائم. هذا يعني أنهما قد اتخذا بعض التعديلات لكي يصبحا ذكرا وأنثى رجلا وامرأة. لقد أقدما على الزواج بوصفهما مخلوقين آدميين مستقلين. لقد تطلب الأمر شيئا من التعديل ليحددا من الذي سيختار المكان الذي سيعيشان فيه، ويحددا أيضا اللوحه الفنيه المفضله التى ستوضع فوق الكنبه. القرارات التى من هذا القبيل لاتصدر بسهولة. ويتطور الأمر بعد ذلك إلى تحديد الكنيسه التى سوف يترددان عليها وكذلك طريقة تقسيمهما لأعمال المنزل ومسئولياته. من الذي سيكون مسئولا عن دفتر المراجعات وسداد الفواتير الشهرية. ومن الذي سيحدد الأسر التى سيقضون معها عيد الميلاد أو العطلات الأخرى. المسألة ليست سهله. ليست المسأله مسألة اعط القليل هنا وخذ القليل من هناك ثم يتكون بعد ذلك ثنائي مكون من رجل وامرأه. الشارع هنا يصبح اتجاهين لا اتجاه واحد. زد على ذلك الثنائي طفلا، طفلا واحدا، ثم بعد ذلك ربما طفل آخر، وهنا يتحول الشارع ذي الإتجاهين إلى دائرة مروريه. والدائرة المرورية هي أسرة بحق. ويستمر الحال على هذا المنوال، المشاركه في تاريخ الأسرة، تعلم تقاليد الأسرة، ثم بعد ذلك الشروع في ترك الأسرة بكل تاريخها وتقاليدها. إتخاذ قرار الأبوة يضيف غصنا آخرا إلى أغصان شجرة العائلة. وأي اثنان عندما ينجبان أطفالا، فإنهما يشاركان بطريقه آليه في الجيل التالي من تاريخ الأسرة. إنه لأمر مرعب. ومع ذلك فإن غالبية البشر الذين يقررون إنجاب الأطفال لايفكرون في هذه الأمور. ولكنهم، بدلا من ذلك، يتعجبون: "من الذي يشبهه هذا الطفل؟ هل نستطيع أن يكون لنا طفلا؟ هل سيقوى هذا الطفل من زواجنا أم سيصيبه بالأذى؟ هل وجود الطفل يعنى التنازل عن الحرية؟ إن غالبية الناس لم يصلوا قط إلى أبعد من التفكير في أنفسهم وتاريخ أسرتهم والتقاليد التى يريدون اعطاءها للأجيال القادمة.

الأبوة، على العكس من الموقف الثنائي، الذي هو (في أفضل الأحوال) أخذا وعطاءً، هي عطاء ثم عطاء ثم عطاء. الأطفال لايستطيعون رد ما يأخذون. إنهم يعتمدون على الآباء كي يعطوهم. وحياة الأطفال تعتمد على عطاء الآباء. عفوا، هذا مؤكد، الأطفال يعطون الآباء مشاعر دافئه، طيبه وصادقه، أما العطاء المادي فهم غير قادرين عليه. ومن هنا فإن ما تعلمته في مدرسة الكبار – "خذ وهات" لاينطبق هنا.

وعليه، يتحتم عليه أو عليها أن يكون على استعداد أن يعطي شخصا لايكون قادرا على الرد.

يلي ذلك أن يقوم الزوجان بتدمير مايلي: ترى ماذا يعني أن نكون إثنان؟ وماذا عن علاقتنا الثنائيه التى نريد نقلها إلى الغير؟ مالذي يمكن أن نعطيه للطفل، حامل الشعلة في أجيالنا الأسرية المستقبليه؟ ينفق السواد الأعظم من الكبار وقتا عصيبا وهم يفكرون في أنفسهم باعتبارهم جزءً من التاريخ. من الصعب أن نتبين مايدور خلف الأعمال اليوميه الروتينيه، أو زحام المرور، أو التحديات الوظائفية، وكذلك المسئوليات الشخصيه التى نصادفها ونحن في طريقنا إلى مكان معلوم. ولكن المكان المعلوم له أهمية المكان الذي أنت فيه وأهمية المكان الذي ذهبت إليه.

الأبوه لاتعرف الإفلاس. معنى ذلك أنك لاتستطيع التنازل عن العقد أو تبيع تجارتك. والإنسان عندما يدخل صناعة البشر يظل فيها ولايخرج منها. إنها لاتعرف التراجع. عملية صناعة الحياه الجديدة في الأسرة لاتتوقف مطلقا. فالأطفال يتحولون إلى كبار لهم أطفال يتحولون بدورهم إلى كبار وهلم جرا. الأسرة عمليه عضويه حيه متناميه.

ومن بين الطرق الذي تحدد ذلك الذي يتعمله أطفالك منك عن صناعة البشر هي أن تراقب هؤلاء الأطفال وهم يلعبون لعبة المنزل. هل تتكلم ابنتك بحب إلى عرائسها، هل تحتضن عرائسها وتساندها؟ أم أنها تصرخ فيهم، وتضجر منهم وتهز أصبعها في وجه هذه العرائس الصغيره؟ هل يكشف ولدك الصغير عن مشاعر طيبه عندما يلعب لعبة "العائله" مع الأطفال الآخرين؟ أم أنه يصدر الأوامر لمن حوله؟ إن طريقة لعب هؤلاء الأطفال وكذلك الطريقه التى يتصرفون بها في لعبة الأسرة ماهي إلا تبسيط ومبالغة في الطريقه التى يرون عليها أسرهم - هي بالضرورة مرآة لسلوك صناعة البشر الذي تأتيه أنت.

ليست هناك طريقه صحيحه وطريقه خاطئه في صناعة البشر. إذ أن كل أب وكل أسرة تبتكر الطريقة الخاصة بها. ليست هناك وصفات جاهزه. ولا صور كربونيه. ولكن صناعة البشر تحتاج إلى فكر واع، وإلى رؤيا وتخطيط. والسبب في ذلك، أننا يجب ألا يغيب عن بالنا أن العمل الفني لايمكن أن يجيئ أفضل من العلاقه التى بين الفنان والمادة الخام.

العلاج بالأحضان

"افتح ذراعيك، افتح ذراعيك ثم المس لمسة حب وحنان"

لأحد في أي مرحلة من العمر يتكبر مطلقا على احتياجه إلى لمسات الحب والحنان. هذه اللمسات تبدأ من رحم الأم وترافق الإنسان إلى فراش موته. والطفل يتلقى أول شكل من أشكال التواصل عندما يكون في رحم الأم، من خلال البشرة، والطفل بمجرد مولده، يظل بحاجة إلى حاسة اللمس. والطفل قبل أن يرى أو يشم أو يسيطر على حركته يحصل على المشاعر الدافئه من القرب. والقرب هو أول المستويات الأوليه من مستويات التواصل، وبغض النظر عن تعقد الحياه، وبغض النظر أيضا عن مدى نجاح الفرد، وبغض النظر أيضا عن اغتراب الإنسان إغترابا نفسيا أو جغرافيا، فإنه لايتكبر مطلقا على حاجته إلى لمسات العطف والحنان.

يوجد في السوق قميص تاني مرسوم عليه دُبّين وهما يحتضنان بعضهما حضنا "دُبيًا" كبيرا. هناك علامات كثيره صغيره تشع من جسميهما لتكشف عن المشاعر الطيبه، وهي تلك العلامات التي يستعملها رساموا الرسوم المتحركه ليوضحوا بها أن شيئا مثيرا يحدث. وقد كتب على القميص التاني بالعرض "طبيب العلاج بالأحضان". حسن، العلاج بالأحضان، الدببه تتحاضن والكل يتحاضنون، وهذا مهم جداً للأسر السليمه. الإحتضان مهم في لحظات الألم وفي لحظات القلق الأسري مثلما هو مهم في لحظات المرح وفي الإحتفالات. العلاج بالأحضان علاج ناجح.

إحساس الأسرة السليمه

"هل أنا سليم بعد؟"

السؤال الحقيقي يتعلق بالإحساس الذي تحسه الأسرة السليمة. ماهو الإحساس الذي يحسه فرد الأسرة عندما يكون جزءً منها وبخاصة من خلال الأفراح والأحزان، الخير والشر، اللذه والألم والكوارث والانتصارات؟

يتعين على الفرد عندما يصبح جزءً من الأسره أن يشعر بالثبات والرسوخ. وبغض النظر عن المكان الذي ارتحلت إليه، أو المكان الذي ذهبت إليه، وبغض النظر أيضا عن العمر، فإن الأسرة التي تعود إليها يتوفر فيها ذلك النوع من الاستقرار والصدق اللذان يعيدان شحن بطاريتك من جديد، ويعيدان أيضا إليك ابداعيتك وطاقتك اللازمة للحياة.

يتعين على الأسرة أن تشعر بالرضا، وفي ظل الجدل وكل أنواع الضغوط الأخرى، ينبغي أن تتوفر العائلة على نوع من الدفء الذي يقول: أنت محبوب، ونحن نشعر بالارتياح لأنك هنا، كما يقول ذلك الدفء أيضا: نحن نهتم بك. الأسرة السليمه تشعر بالحيوية. الأسرة السليمه هي التي

تستشعر نوعا من الاستثاره التى تشجع البشر على المضي قدما وينجزون الأشياء التى يريدون عملها. الشعور بالطاقه هو شعور بالحياة والسبب في ذلك أن الحياة نفسها لها إحساس ومذاق طيب في الإسرة السليمه.

الأسرة السليمه تتحدى أفرادها ليصلوا إلى أحسن مافيهم. تفاعل الفرد مع أسرته يساعده على توسيع خياله، وزيادة مواهبه، واللجوء إلى النظام، ويصبح ذلك الذي يريده لنفسه.

ينبغي على الأسرة أن تكون مكانا يتلامس فيه أفرادها تلامسا قوامه العطف والحنان، مكان تؤكد الأحضان فيه الحب الذي يكنه أفراد الأسرة لبعضهم بعضا. الأسرة السليمه تتشارك في عمل الأشياء وتتشارك في الأعمال اليوميه الروتينيه، يهتم كل فرد فيها بنشاطات الأفراد الآخرين كما تتشارك أيضا في أوقات هي التى تحددها.

أخيرا الأسرة السليمه معدية. فهي تشجعك على أن تعيد مافعلت مرة ثانيه طمعا في المقابل الذي حصلت عليه. والإحساس العائلي يولد فيك رغبه جامحه في إعادة صنع أفضل ما في تلك الأسرة مرة ثانية من خلال رفاقك ومن خلال أطفالك. وهكذا نجد أن عملية صناعة البشر والتنشئه، عملية الارتباط بالناس من خلال حميمية الأسرة هي عملية سرمديه مستمرة لأننا أخذناها عن أسرنا.

الأسرة السليمه هي الأسرة التى تشعر بالرضا. وتنقل هذا الإحساس إلى غيرها.

قائمة مراجعة الأسرة السليمه:

١- كيف تثبت التزامك لأسرتك؟ كيف تثبت زوجتك لك وللأسرة إنكم مهمون؟ كيف يعبر أطفالك عن ثقتهم في الأسرة باعتبارها مرفأ وأساساً للمنزل؟

٢- هل تتوقع أن تتشابه الأم مع بناتها؟ هل البنات يفعلن الأشياء "الأنثوية" فقط؟ وهل ننتظر من الأبناء أن يكونوا مثل والدهم؟ هل الذكور كلهم متماثلون؟ هل بوسع البشر أن يكسروا القوالب وأن يصبحوا ذلك الذي يريدونه لأنفسهم داخل الأسرة؟

٣- هل من الصواب أن ترتكب خطأ في الأسرة؟ هل تتحمل المسئولية عن ذلك أم تهرب من المسئوليه؟ وهل يتجاهل أفراد الأسرة الآخرين هذا الخطأ ويساندونك وأنت تعالج هذا الخطأ وتحدث هذا التغيير؟

٤- ماهو إحساسك بكونك جزءً من أسرتك؟ هل تحس بالارتياح أحيانا وتشعر بالإثارة الحقيقية في أحيان أخرى؟

٥- ماهى التقاليد التى تشكل جزءً مهما من أسلوب حياة أسرتك اليومي؟ وهل هذه التقاليد منحوته في الحجر وغير قابلة للجدل أو النقاش، أم أن بوسعك مناقشة هذه التقاليد وتحسينها؟

٦- هل الآباء آباءً والأبناء أبناءً في أسرتك؟

٧- هل لديك منظومة مسانده ناجحه في أسرتك؟ عندما يقع أحد أفراد الأسرة في ضائقة أو يكون بحاجه إلى النصيحة، فهل تعمل الأسرة من أجل هؤلاء الأفراد؟ عندما تحدث لك مشكلة هل تجد نفسك تقول: "أنا ذاهب إلى المنزل طلبا للعون والمساعدة"، أم أنك تحس بالحاجة إلى حجب هذه المشكله عن الأسرة؟

٨- هل أفراد الأسرة يلعبون أدوارهم أم أنهم أفراد حقيقيون؟

٩- مامقدار الفكر في نوعية الهدايا التى يقدمها بعضكم للبعض الآخر؟

١٠- هل لديك خططا، خططا فعليه تساعدك على تحويل أطفالك إلى كبار أم أنك ترتجل صناعة البشر؟

١١- هل أسرتك مكان تشعر فيه بالأمن والسلامة؟

١٢- هل يشيع الاحتضان ولمسات العطف والحنان في منزلك؟

١٣- هل يشجع أفراد الأسرة بعضهم بعضا على أن يكونوا ذلك الذي يتمنوه لأنفسهم أم أن أفراد الأسرة يستعملون الكلمات التى من قبيل ينبغي، ويجب ويتحتم عندما يتعاملون مع آمال أفراد الأسر الأخرى؟

١٤- هل يلعب أطفالك لعبة المنزل بطرق سليمه سعيدة؟ هل يمثل أبناؤك علاقات جافه صلبه؟ هل دور الأنثى ودور الذكر في الأسرة اللعبه دور نمطي أم أنهم يلعبون لعبة الأسرة بطرق بهيجيه تشع بالدفء والمشاعر الطيبه؟

١٥- هل يشعر أبناؤك بالرضا عن أسرتهم السليمة إلى حد أنهم يودون أن يصنعوا أسرة سليمه لأنفسهم؟

قائمة مصطلحات المخدرات المبتذلة

المتداوله بين الأبناء

تـراب المـلائـكـة : Angel dust

الاسم العلمـي لهذا المصطلـح هـو الفينيسـيكليدين Phencyclidene وهو عبارة عن واحد من مخدرات الفصل ويستعمل مُسَكّناً حيوانيـا، وتنتـج الهلوسة عن تعاطي هذا المخدر وهو يباع على شكل مسحوق.

الكيس: bag

ويقال له كُيَيّس baggie على سبيل التصغير؛ ويشير به الصغار إلى مقدار من الماريوانا Marijuana موضوع داخل كيس من البلاستيك ويتباين سعره طبقا لحجمه.

دُوس: becool

مصطلـح مبتـذل لتشـجيع المتعــاطي علــى الاسـتمرار فــي تعــاطي المخدرات والالتزام بها.

البسكويت: biscuit

مصطلـح مبتـذل يطلـق علـى الـكواليود Quaalude الـذى هـو مـادة الميثاكوالون Methaqualone وهـو عبـارة عن مخـدر مهيـج منـوِّم؛ وهـذا المخدر من المخدرات الكابحة للجهاز العصبي المركزي، معنى ذلـك أن هـذا المخدر يعد واحدا من المثبِّطات down؛ وهو يوجد عادة على شكل أقراص.

الجميلات السوداوات: black beauties

هذا نوع من أنواع الأمفيتامينات amphetamine، بمعنى أنه واحـد مـن المنشـطات "Speed"؛ وهـو مـن المـواد المحفـزة للجهـاز العصبـي المركزي وتنتج عنه حالة من اليقظة والاستثاره.

مُدَمَّر: blasted

وتعنى "ثملا أو سكرانا تماما"

ينفث شيئا من المخدر: below some dope

ويدل هذا المصطلح على تدخين الماريوانا.

الجرس: bong

وهو يدل على أداة لتدخين الماريوانا مصممة على أساس من الشيشه، ومن المفترض فيها أنها تزيد من تأثير السكر والثمول ويزعم أنها تقلل من الآثار الجانبيه الضارة لتدخين الماريوانا.

ضربة جرس: bong hit

وهي تشير إلى استنشاق دخان الماريوانا على شكل شهيق واحد.

الطبق: bowl

وهو يشير إلى الطبق الذي يحتوى على الماريوانا؛ كما يشير إيضا إلى مقدار الماريوانا اللازم لملئ غليون أو جرس.

التخمير brew

كلمة مبتذلة تدل على قارورة البيرة.

المعربد bummer

كلمة تدل على تجربه سيئه مع السكر باستعمال المخدرات، كما يطلقها متعاطوا المخدرات أيضا للدلالة على الخبرات السلبيه التى مروا بها.

المحروق burned out

حاله بدنيه ونفسيه ينزل متعاطى المخدرات خلالها من حالة الإنسجام والسكر إلى الإحساس "بالضياع" والإنحراف.

المحترق burn out

متعاطى المخدرات الثمل أو السكران طوال الوقت، وتدل ملامح وسحنة ذلك المتعاطى على أنه متجهم ومخمور.

المقبوض busted

تشير هذه الكلمه إلى الشخص الذي تلقى الشرطه القبض عليه أثناء تعاطى المخدرات أو ممارسته للنشاطات المتعلقه بها، كما بدأ المتعاطون يستعملون هذا المصطلح للدلالة على انكشاف أمر المتعاطى أمام الوالدين أو مسئولى المدرسة أو الكبار الآخرين.

متكّيّف buzzed

مصطلح مبتذل يدل على السكر بفعل المشروبات الكحولية، أو الماريوانا أو بفعل أي مخدر من أي نوع آخر.

الأكين caine

مصطلح مبتذل يدل على الكوكائين، محفز قوى للجهاز العصبي المركزي، (منشط up)، وهو يوجد دائما على شكل مسحوق أبيض.

المكربن carburator

غليون ماريوانا به ثقب إضافي لزيادة تأثير الإستنشاق (راجع مادة بندقية الصيد Shotgun).

أشجار عيد الميلاد christmas trees

اسم يدل على الإمفاتيمينات، أو 'مُحَفّز' من محفزات الجهاز العصبي المركزي الذي ينتج عنه شكل من أشكال اليقظة والإستثاره.

الميثان البللوري .crystal meth

يدل هذا المصطلح على الميثدرين أو الديزوكسين: وهى عباره عن نوع من الإمفيتامين الذي يقبل الذوبان وهو عبارة عن بللورات بيضاء ويتم صهره في سائل من السوائل حتى يمكن استعماله حقنا، أو قد يستعمل بشكله البللوري عن طريق الشم.

الحمض cid'

مصطلح مبتذل للدلاله على حمض الداثيلاميد أو للدلالة على الحمض باعتباره "مخدرا شبه صناعى لجلب الهلوسة ويترتب على تعاطيه حدوث الكثير من أشكال الهلوسة.

المشابك clips

مصطلح مبتذل مختصر للدلالة على مشابك الروشين، تلك الابتكارات التى تساعد على الإمساك بأعقاب سجائر الماريوانا حتى آخر نفس فيها.

الكعكه cake

مصطلح مبتذل يدل على الكوكائين.

البارد cool

أسلوب تعاطى المخدرات بالرقود على الظهر.

يسرق الكيف cop a buzz

مصطلح مبتذل للدلاله على الدخول في السكر أو الثمول.

الفم القطنى cotton mouth

الجفاف الذي يصيب الفم نتيجة السكر أو الثمل الناتج عن الماريوانا أو الكحول.

الكرنك crank

مصطلح مبتذل يطلق أيضا على الميثان البللوري crystal meth، الذي هو شكل من أشكال الأمفيتامين الذائب.

التعامل dealing

مصطلح يطلق على التعامل في المخدرات بين متعاطيها ومستعمليها.

كيس العُشْر dime bag

مصطلح مبتذل يطلق على كيس يحتوى على ماقيمته عشرة دولارات من الماريوانا.

الدوبيات doobies

مصطلح مبتذل يطلق على سجائر الماريوانا.

المعجون dope

مصطلح مبتذل يطلق على الماريوانا أو الهيروين.

المخفضات downers

مصطلح مبتذل يطلق على المخدرات المثبطة للجهاز العصبي المركزي، كما يطلق أيضا على المسكنات، ومشتقات حمض البربيتوريك التى تستخدم كمسكّنات أو منوّمات.

المتخدِّر druggie

مصطلح مبتذل يطلق على من يستعمل المخدرات بصورة منتظمة.

القاعدة الحرة free base

عملية تكرير الكوكائين لاستعماله في سجائر الماريوانا. وينتج عن هذه العملية شكل نقى من أشكال الكوكائين، ويزعم أنه يعطى "إنسجامات أفضل" من الانسجام الناتج عن الكوكائين المتداول.

الغريب freak

مصطلح مبتذل يطلق على من يبدو عليه أو يتصرف كما لو كان مُتَخدِّرا .

المُخْرَج الغريب freak out

مصطلح يطلق على السلوك الذي يأتيه شخص ما أثناء نوبة سكر أو ثمول سيئة.

الإختطاف getting blitzed

مصطل مبتذل يدل على السُكر أو الثمول.

التَّوقُد getting lit

مصطلح مبتذل أيضا يدل على السُكر أو الثمول.

التَّمزُّق getting ripped

مصطلح مبتذل يطلق على السُكر أو الثمول.

الضياع getting wasted

مصطلح مبتذل يطلق أيضا على السُكر أو الثمول.

الهاش hash

ويقصد به الحشيش وهو عبارة عن شكل من أشكال الماريوانا يحتوي على نسبة عالية من مادة التيتراهايدروكانبينول tetrahydrocannabinol دلتا ٩ عن الماريوانا المعتادة؛ ويجري تعاطي الحشيش عن طريق التدخين، ولكنه قد يؤكل مطبوخا مع الطعام في أغلب الأحيان أو نيئا.

زيت الحشيش hash oil

مصطلح مبتذل لزيت قلفوني سائل يستخلص من مادة التيترا هايدروكانبينول دلتا ٩.

الرأس a head

مصطلح مبتذل يطلق على متعاطى المخدرات الذي يلتزم في مظهره وأسلوب حياته مظهر وأسلوب مستعمل المخدرات.

العشب herb

يدل على الماريوانا.

ضربه hit

وتدل على نفس واحد أو جرعة واحدة من أي مخدر آخر.

البيتي homegrown

مصطلح مبتذل يدل على الماريوانا التى تزرع في المنازل.

الحصان horse

مصطلح مبتذل يدل على الهيروين الذي يعتبر أحد مشتقات الأفيون.

النفخ huffing

استنشاق المواد الغازية طلبا للسكر أو الثمول.

الوصلة joint

مصطلح مبتذل للدلالة على سيجارة الماريوانا.

العشب القاتل killer weed

مصطلح مبتذل يحتوي على نسبة عاليه من المادة المسكرة؛ وفي بعض المناطق يستعمل هذا المصطلح للدلالة على الماريوانا المعالجة بتراب الملائكه أو بمخدر آخر أقوى منه.

الليمون lemmons

مصطلح مبتذل يدل على أقراص الكواليود quaalude.

الغطاء lid

مايزيد قليلا على أوقيه من الماريوانا.

الخط line

خط رفيع من الكوكائين يجرى شمه واستنشاقه عادة من على مادة

زجاجيه منبسطه، ويغلب أن تكون مرآه في معظم الأحيان.

لِسِدْ lsd

مصطلح مبتذل يدل على داي ثايلاميد حمض الليسرجيك، وهو مادة مخدرة نصف مصنعه يترتب على تعاطيها حدوث الهلوسة.

الأليودات ludes

مختصر يدل على الكواليودات أو الميثوكوالون، وهو عبارة عن مخدر منوم ليس من قبيل مشتقات حمض البربيتوريك، وهذه المادة من المواد المثبطه للجهاز العصبي المركزي وتوجد عادة على شكل أقراص.

ألمدا mda

تدل على ثاني أكسيد ميثيل الأمفيتامين، وهو أحد الزيوت المنشطه نفسيا وهو يوجد في المسكرات وينتمي إلى مجموعة الأمفيتامين، التى تتميز بزيادة حدة المشاعر، والاكثار من الكلام، والنكوص العمري.

الماريوانا marijuana

عبارة عن زهور وسيقان وأوراق نبات القنب الأسيوي الأنثوي الذي اسمه العلمي cannabis sativa الذي إذا ما جفف ونظف من البذور يجري تدخينه طلبا للسكر والثمول منخفض المستوى.

الميسكالين mescaline

مادة قلويه تستخلص من البيوت الذي هو ضرب من الصبار الأمريكي ويتم تناوله على شكل مسحوق بللوري مذاب أو على شكل كبسولات وتنتج الهلوسة عن تعاطي هذا المخدر.

الممضوغات the munchies

مصطلح مبتذل للتشوق الشديد إلى الأطعمه المملحه أو حلوة المذاق، الذي يحدث عند مرحلة معينه أثناء السكر أو الثمول باستعمال الماريوانا.

عيش الغراب 'shrooms = mushrooms

يقصد به عيش الغراب السيلوسبيني الذي تحدث عنه الهلوسة وتتم اذابته في الشاي ويشرب معه أو يتعاطاه المدمنون خاماً.

النارك narck

مصطلح مبتذل يطلق على ضابط الشرطة الذي يتحرى عن استعمال المخدرات؛ كما يطلق المصطلح أيضا على هيئة العاملين بالمدارس، أو أولياء الأمور كما يطلق أيضا على المراهقين الذين يتحولون إلى أناس يستعملون المخدرات.

الكيس النيكلي nickle bag

مصطلح مبتذل للكيس الذي يحتوي على ما قيمته خمسة دولارات من الماريوانا.

الأفيون opium

المادة الطبيعية التى تستخلص من نبات الخشخاش الذي هو عبارة عن نوع من الأفيون يمكن إضافته إلى التبغ أو إلى الماريوانا ثم تدخينه بعد ذلك.

أوقيه ounce

أوقيه من الماريوانا أو الكوكائين.

أوز oz أو زي z

مصطلح مبتذل يطلق على أوقيه من الماريوانا أو الكوكائين.

الأوراق papers

وهي تدل على الأوراق المستعمله في صنع لفائف الماريوانا.

الصحبه party

مصطلح مبتذل للدلاله على السكر أو الثمول.

البسب pcp

اختصار الفينسيكليدين phencylidine، أو تراب الملائكه، وهو مخدر يستعمل مهدئا في الحيوانات وتنتج الهلوسات عن تناوله وهو متوفر على شكل مسحوق.

الصيدلانيات pharmies

مصطلح مبتذل يطلق على المخدرات الموصوفة وبخاصة تلك التى تكون على شكل أقراص، يسيئ الناس استعمالها طلبا للسكر والثمول.

الخنازير pigs

مصطلح مبتذل يطلق على ضباط الشرطه.

العجله الدبوس pinwheel

مصطلح مبتذل يطلق على سيجارة الماريوانا الطويله الرفيعه.

الأنابيب pipes

مصطلح مبتذل يطلق على غليون يصنع خصيصا لتدخين الماريوانا.

ضارب القوة power hitter

ابتكار أسطواني يصمم خصيصا لزيادة تأثير الاستنشاق من سيجارة الماريوانا؛ وتكون سيجارة الماريوانا في أحد طرفي هذا الابتكار بينما يقوم المدخن يسحب الأنفاس من الطرف الآخر.

الكواليودات quaaludes

الميثاكولاون، وهو عبارة عن مخدر منوم ليس من مشتقات حمض البربيتيوريك، وله تأثير مثبط على الجهاز العصبي المركزي ويوجد عادة على شكل أقراص.

قوس قزح rainbows

شكل من أشكال لِسِدْ LSD يرسم على الورق.

السيكارة reefer

مصطلح مبتذل يدل على سيجارة من الماريوانا.

القلفون resin

السائل الكثيف الذي يتخلف في تجويف غليون تعاطي الماريوانا بعد تدخينها، والذي يحتوي على نسبة عاليه من مسكر الفينيسيكلدين.

الآرجز RJS

مصطلح مبتذل يدل على نوع من أنواع الأميفيتامين أو المحفزات والكلمه تشير إلى الأحرف الثلاثه RJS المكتوبه على الكبسولات السوداء.

الروشات roaches

أعقاب سجائر الماريوانا، التي تحتوي على تركيز عال من القلفون

الذي له تأثير كبير في إحداث السكر.

مقابض الروشات roach clips

مصطلح مبتذل يدل على الابتكارات التى تستعمل للإمساك بأعقاب سجائر الماريوانا، والمقابض هذه تشبه الملاقيط أو المرافئ التى هي عبارة عن أدوات لضغط الأوعيه الدموية النازفة.

الاندفاعه rush

مصطلح مبتذل واسم علامة تجارية لمادة نترات الأميل التي تعبأ في قوارير صغيرة بنية اللون، وإذا ما استنشقها المتعاطي فإنها تحدث سكرا وثمولا وقتيا مقداره ستون ثانيه.

المخطوطه script

مصطلح مبتذل للمخدرات العلاجيه التى يساء استعمالها طلبا للسكر والثمول.

٧١٤ (714)

مصطلح مبتذل يطلق على نوع من الكوأليود مرقوم بالرقم ٧١٤.

الشيش sheesh

مصطلح مبتذل يدل على الحشيش، شكل قلفوني من أشكال الماريوانا يحتوي على نسبة من المخدر دلتا ٩ THC أعلى من النسبة الموجودة في الماريوانا، ويتعاطاه المدمنون عن طريق التدخين.

الحقن shootup

استعمال المحقن والابرة في حقن المخدرات من قبيل الفاليوم، المحفزات، الكوكائين، تراب الملائكه، والهيروين، في مجرى الدم مباشرة.

بندقية الصيد shot gun

احدى الطرق التى يلجأ إليها مدمن المخدرات ويضع بمقتضاه طرف سيجارة الماريوانا المشتعل داخل فمه ويخرج النفس، في حين يوجد طرف آخر على بعد عدة بوصات منه ليستنشق منه. وهذه الطريقه تزيد من مقدار دخان الماريوانا الذي يدخل إلى الرئتين.

قائمة مصطلحات المخدرات المبتذلة المتداوله بين الأبناء

الطلغم smack

مصطلح مبتذل للكوكائين.

الدخان smoke

مصطلح مبتذل يدل على الماريوانا أو عملية تدخين الماريوانا.

الثلج snow

مصطلح مبتذل يدل على الكوكائين.

المحفز speed

مصطلح مبتذل يدل على الأمفيتامينات، التي هي محفز من محفزات الجهاز العصبي المركزي الذي ينتج عنه حالة من اليقظه والاستثاره.

المحفّزات speeders

مصطلح مبتذل يدل على الامفيتامينات، وهي من محفزات الجهاز العصبي المركزي التي ينتج عنها حالة من اليقظة والاستثاره.

الحثالة spent

مصطلح مبتذل للدلالة على الماريوانا التي تم تدخينها ولم يتبقى منها سوى الرماد.

الملعقه spoon

ابتكار تصهر فيه المواد المخدرة من أجل استعمالها في الحقن، وهذه مأخوذه عن البوتقه التي تستعمل أصلا في الصهر.

الخبيئه stash

مصطلح مبتذل للدلالة على مقدار مخبأ من أي نوع من المخدرات.

المستوجي stogie

سيجار طويل جداً من الماريوانا.

مرجوم stoned

حالة السكر البالغة جداً الناتجه عن تعاطي الماريوانا.

الحجري stoney

مصطلح مبتذل يدل على الشخص الذي اعتاد تعاطي المخدرات، وبخاصة الماريوانا.

الشاي tea

مصطلح مبتذل لما يظن المستعملون أنه المخدر دلتا ٩ THC في حين أنه ليس إلا بسبب PCP.

ت اتش سي THC

مصطلح مبتذل يظن متعاطو المخدرات أنه هو المخدر دلتا ٩ THC في حين أنه ليس سوى بسبب PCP.

العصا التايلاندية Thai stick

مصطلح يطلق على سيجارة الماريوانا التي تستعمل فيها عصى أو عصى لربط الماريوانا السائبه إلى بعضها، وقد نشأ هذا المصطلح في فيتنام أثناء الحرب. كما يشير المصطلح أيضا إلى ربط التبغ إلى بعضه باستعمال عصا أو عصى ومعالجته بالأفيون؛ ويستعمل المراهقون هذا المصطلح بشكل عام ليشيروا به إلى الماريوانا المعالجه بالمخدرات أو سجائر التبغ.

الرمز toke

مصطلح مبتذل يدل على أخذ نفس واحد من سيجارة ماريوانا أو من غليون أو جرس.

البوق toot

مصطلح مبتذل يدل على الكوكائين.

الرحله trip

مصطلح مبتذل يدل على تجربة الهلوسة على أثر تعاطي مخدر من المخدرات المسببه للهلوسه.

المُعَلاَّ upper

مجموعة مخدرات الأمفيتامين التي تحفز الجهاز العصبي المركزي.

المُعَلّيّات ups

مختصر يدل على مجموعة مخدرات الافيتامين، والتى تحفز الجهاز العصبي المركزي.

فيتامين أ vitamine A

مصطلح مبتذل يدل على لِسِدْ LSD.

فيتامين ك vitamine Q

مصطلح مبتذل يدل على الكواليودات أو الميثاكوالون.

الطحلب weed

مصطلح مبتذل يدل على الماريوانا.

السّتّرات الصفراء yellew jackets

مصطلح مبتذل يدل على نوع من أنواع الأمفيتامين أو "المحفز".

قائمة مصطلحات الكتاب

Aerosol Cans:	علب الإيروسول
Alcoholic beverages:	مشروبات كحوليه
and drugs:	المشروبات الكحولية والمخدرات
effects of:	آثار المشروبات الكحوليه
and the media:	المشروبات الكحوليه ووسائل الاتصال
Al coholism, in the family:	نظرية تعاطي الكحوليات في الأسرة
American medical Association:	الرابطه الطبيه الأمريكيه
Amphetamines:	الأمفيتامينات
Amy nitrate:	نترات الأميل
Angle dust:	تراب الملائكه
Atheletes, and drugs:	الرياضيون والمخدرات
Automobile accidents:	حوادث السيارات
Bana peels:	قشر الموز
Benadryl:	البنادريل
Benzedrine:	البنزدرين
Blackouts:	فقدان الوعي
Blaming others:	لوم الآخرين
"Burnout":	المحروق
Caffeine pills:	أقراص (حبوب) الكافيين
Cannabis:	القنب
Caretaker parent:	الأب الراعي

Chemical dependency:	الإدمان الكيمياوي
Chloral hydrate:	هيدرات الكلور
Cocaine:	الكوكائين
Effects of:	تأثيرات الكوكائين
In the news:	الكوكائين في الأخبار
Shooting up,	الحقن بالكوكائين
and society,	الكوكائين والمجتمع
songs about,	أغاني عن الكوكائين
Codeine	الكودايين
Commercials television:	الاعلانات التجاريه التليفزيونيه
Communication family:	التواصل العائلي
of bad feelings:	نقل الأحاسيس السيئه
honesty in,	أمانة التوصيل
and learning to listen:	التواصل وتعلم الانصات
Con story:	قصة خداع (غش)
Cough syrup:	شراب السعال
Couple relationship:	القرابه المزدوجه
Depressants:	مخفضات النشاط والحيويه
Dexedrine:	الديكسدرين
Dilantin:	الديلانتين
Dilaudid:	الديلاوديد
Disassociatives:	المفككات
"Downers":	المخفضات
Drug paraphernalia:	الأدوات المستعمله في تعاطي المخدرات

Drug programe:	برنامج المخدرات
Drug use:	تعاطي المخدرات
atheletes and,	الرياضيون وتعاطي المخدرات
escalation of,	تصاعد تعاطي المخدرات
and health problems:	تعاطي المخدرات والمشكلات الصحيه
how kids get started in,	كيف يبدأ الأبناء تعاطي المخدرات
preventation of,	منع تعاطي المخدرات
reasons for,	أسباب تعاطي المخدرات
signs of,	علامات تعاطي المخدرات
Drugs:	المخدرات
books on,:	كتب عن المخدرات
confiscated by police:	المخدرات التى تصادرها الشرطه
death from,	الوفيات بسبب المخدرات
family examining own use of,:	الاختبارات الأسريه لتعاطي المخدرات
jokes about:	نكات عن المخدرات
miscellaneous sources of highs:	مصادر الانبساط عن طريق المخدرات
at school,	المخدرات في المدارس
songs about:,	أغاني عن
in the movies:	المخدرات في الأفلام السينمائيه
Dry druggies:	المراهقون الجافون
Enablers:	الممكنون
Families in action:	التصرفات الأسرية

Morphine:	المورفين
Mushrooms:	عيش الغراب
Nail polish	طلاء الأظافر
Nail polish remover:	مزيل طلاء الأظافر
Narcotics:	المخدرات (من قبيل الحشيش)
Nausea treating	علاج القيئ
Nembutal:	النيمبوتال
Opiates:	الأفيونات
Opium:	الأفيون
Overdose, symptoms of:	أعراض تعاطي الجرعات المفرطه
Painkillers:	المسكنات
Parent:	والد
caretaker:	الوالد الراعي
single:	الوالد الأعزب
withdrawing:	الوالد المنسحب
Parent action:	تصرف الآباء
checklist	قائمة مراجعة الآباء
determining who is in charge:	الأب المحدد للمسئولية
examining own use of alcohol and drugs:	الوالد الذي يفحص تعاطي الكحوليات والمخدرات
plan of action:	خطة عمل الأب
and setting down family rules:	الوالد وتحديد القواعد الأسرية

إنكار الآباء مشكلة المخدرات parent denial of drug problem:

إنكار الآباء مشكلة المخدرات عن طريق التسليم بقصة الغش والخداع:by accepting con story

قائمة إنكار الآباء مشكلة المخدرات checklist:

إنكار الآباء مشكلة المخدرات وإهمال نصيحة الآخرين:and ingoring advice from others

إنكار الآباء مشكلة المخدرات والبحث عن أسباب أخرى and looking for other causes:

إنكار الآباء مشكلة المخدرات عن طريق التقليل من شأن سلوك الطفل by minimizing behviour of child:

إنكار الآباء مشكلة المخدرات وعدم التخطيئ with nothing's wrong attitude:

تمكين الآباء Parent enabling:

تمكين الآباء عن طريق قبول اللوم: by accepting the blame

قائمة مراجعة تمكين الآباء checklist

أمثله على تمكين الآباء examples of:

تمكين الآباء عن طريق تثبيت الموقف by fixing the situation:

تمكين الآباء عن طريق تجاهل سلوك الطفل by ignoring behaviour of the child:

تمكين الآباء باتخاذ موقف "هذا ليس بجديد" أو "الأمر ليس سيئا إلى هذا الحد" with "its nothing new" or its not so bad"atitude"

تمكين الآباء عن طريق عقد اتفاق
by making an agreement:

تمكين الآباء عن طريق ضرب المثل السيئ
by setting bad example:

Parent's groups مجالس الآباء

Passive kid: الإبن السلبي

Pcp (بي. سي. بي) بسب

effects of: آثار الـ (بي. سي. بي)

shooting up: الحقن بالـ (بي. سي. بي)

Peer acceptance: رضا الأنداد

Peer counselling: استشارة الأنداد

Peer pressure: ضغط الأنداد

Percodan: البيركودان

Pills: حبوب

caffeine: حبوب الكافيين

sleeping: الأقراص المنومه

song about: أغنيه عن الحبوب

Placidyl: البلاسيديل

Police, confiscating drugs: شرطة مصادرة المخدرات

Prescription drugs: مخدرات الوصفات الطبيه

Prevention of drug use: منع تعاطي المخدرات

منع تعاطي المخدرات عن طريق تحاشي نقل المشاعر السيئه إلى الأسرة
by avoiding communication of bad feeling in the family

Quaaludes:	الكواليودات
School, drugs at:	المخدرات في المدارس
School teachers:	مدرّسِى المدارس
Seconal:	حبوب السيكونال
Second user:	المتعاطي الثاني
Selfishness:	الأنانيه – الحماقه
Sexual identity:	الشخصيه الجنسيه
Shooting up:	الحقن
Siblings, of drug users:	أنداد مدمني المخدرات
Societal enablers:	الممكنون المجتمعيون
checklist:	قائمة المراجعه المجتمعيه
drug paraphernalia:	أدوات تعاطي المخدرات المجتمعيه
Stimulants:	المحفزات
Teachers:	المدرسون
Teenagers:	المراهقون
Tegretol:	التيجريتول
Television commercials:	اعلانات التليفزيون التجاريه
THC	مادة (تي. اتش. سي) المخدره
removing from the body:	إزالة مادة (تي. اتش. سي) من الجسم
shooting up:	الحقن بمادة (تي. اتش. سي)
treating glaucoma with:	علاج المياه الزرقاء باستعمال مادة (تي. اتش. سي)

علاج القيئ باستعمال مادة (تي. اتش. سي)	treating nausea with:
المعالجون	Therapists:
الثورازين	Thorazine:
المهدئات	Tranquilizers:
العلاج	Treatment:
قائمة مراجعة العلاج	checklist:
العلاج في كل مرحله من مراحل تعاطي المخدرات	at each stage of drug use:
المعّليات	"Uppers":
الفاليوم	Valum:
تأثيرات الفاليوم	effects of:
الفاليوم في الأفلام السينمائيه	in the movies
الحقن بالفاليوم	shooting up:
العدوى الفيروسيه	Viral infections:
المذيبات الطياره	Volatile solvents:
الفورانيل	Voranil
الأب المنسحب	Withdrawing parent:

Appendix

Suggested Readings

Adolecent Drug use

Donlan, Joan. *I never saw the sunrise: the Diary of a Recoverig Chemically Dependent Teenager.* Compcare Puplications,1977.

This diary of a drug-dependent teenoger from involvment with drugs to the early stages of her recovery is helpfulterms of understanding what it is like for a teenoger using drugs.

Marshal, Shelly. *Young, Sober, and Free.* Center City: Hazelden, 1978.

The stories of a number of young people in trouble with alcohol and drugs and their recovery.

Newton, Miller. *Gone Way Down: Teenage Drug-Use Is a Disease.Tampa, Fla.:American Press, 1981.*

A basic description, written for parents and other laymen, of the nature of teenage drug use a disease of the feelings.

---------. *Kids, Drugs, and sex.* Tampa, fla.: American Studies Press, 1983.

A booklet dealing with the interaction between developing drug-use disease and sexual behavior on the part adolescents.

Toma, David, with levey, Irv. *Toma tells It straight: With Love.* Harrison: Jan Publishing, 1981.

A very popular book on the whole issue of teenagers and the drug epidemic based on Toma's

presentations in high schools across the coutry. Good, solid information in a blunt, direct form.

DRUG INFORMATION

For parents only: What You Need to Know About Marijuana. Rockville, Md.: National Institute on Drug Abuse, 1980.

A basic booklet for parents with good information about Marijuana and its dangers.

Hafen, Brent Q., and Frandsen, Kathryn J. *Drug and Alcohol Emergencies.* Center City: Hazelden, 1980.

Good information about most of the drugs the kids use and how to react in a first-aid manner in emergencies.

Janeczek, Curtis L. *Marijuana: Time for a Closer Look.* Columbus, Ohio: Healthaster, 1980.

An illustrated book designed for teenagers with good information on Marijuana.

Jones, Hardin and Helen. *Sensual drugs.* Cambridge, England: Cambridge University Press, 1977.

A solid book based on a college course outlining all of the moodaltering drugs, their effects, and their dangers.

Malcolm, Andrew I. *The Craving for the High.* Ontario: poketbooks, 1973.

---------. *The Pursuit of Intoxication.* New York: Poketbook, 1971.

These two books are readable treatments of the whole history of intoxicant use including dealing with current drugs and the dangers modern society.

Challenging and scholarly information about the whole drug scene by on eminent psychiatrist.

Mann, Peggy. *Pot Safari.* New York: Woodmere press, P.o. Box 1950, Cathedral Station, New York, NY 10025: 1982.

This is a compilation of Peggy's popular treatment of the dangers of Marijuana, which has appeared in a variety of magazines. Good information in an easily readable form.

---------. *Twelve Is Too Old.* Garden City , N.Y.: Doubleday, 1980.

This is a novel for preteens dealing with the issue of one's first choice to do drugs and the dangerd involved.

Nahas, Gabriel G. *keep Off the Grass*. Oxford: pergamon press, 1979.

This is a more scholarly treatment of the history of attitudes toward Marijuana in the United States, including the development of solid research indicating its danger.

Russell, George K. *(Marijuana Today): A compilation of Medical Findings.* New York:The Myrin Institute, 1978.

This a brief summary of the research and findings of the dangers of Marijuana.

ALCOHOL AND ALCOHOLISM

Johnson Institute. *Chemical Dependency and Recovery: A family Affair.* Minneapolis: Johnson Institute, 1979.

This is a brief but comperhensive introduction to the nature of alcoholism as a disease with information about family involvment and recovery.

Johnson, Vernon E. *I'll Quit Tomorrow*. Rev., New York: Harper& Row, 1980.

This is a basic book on the nature of alcoholism and its treatment by one of the pioneers in the field.

Mann, Marty. *Marty Mann's New primer on Alcoholism*. New York: Holt, Renehart & Winston, 1958.

The founder of the National Council on Alcoholism gives a lot of solid information on nature of alcoholism.

PARENT AND FAMILY RESOURCES

Brandt, Frans, and M. J. *A Rational self-Counseling Primer*. Charottesville: Rational self-Counceling Institutem, 1979.

A simple booklet on the use of Rational Self-Counceling techniques.

Dinkmeyer, Don and Mckay, Gary D. *The parents Handbook*: S.T.E.P. Circle pines, Minn.: American Guidance Service, 1982.

--------. *Raising a Responsible Child*. New York: Simone and Schuster, 1973.

Two exellent handbooks parenting techniques..

Ellis, Albert and Harper, Robert A.*A New Guide to Rational Living*. Englewood Clieffs, N.J.: Prentice-Hall, 1975.

A solid book by the founder of Rational Counseling dealing with rational and irrational ways ta think about life's issues.

Glenn, H. Stephen. *Developing Capable young people.* Humansphere, p.o. Box 1566, Hurst, TX 76053.

-------. *Strengthening the Family.* Potomac press, Wisconsin Ave., Bethesda, Md. 20014.

Two booklets offering good techniques for family and child development toward caring and responsible living.

Lafountain, William L. *Setting Limits: Parents, kids, and Drugs.* Center City: Hazelden, 1982.

A booklet giving practical guidelines to parents whose kids are starting to become harmfully involved with drugs and alcohol.

Mannatt, Marsha. *(Parents, Peers, and Pot).* Rockville, Md.: National Institute on Drug Abuse, 1979.

A book by a parent who developed a self-help approach for parents to deal with kids in trouble with drugs.

Maultspby, Maxie C., Jr. *Help Yourself to Happiness*: Through Rational Self-Counseling. New York: Institute for Rational Living, 1977.

Dr. Maultsby's introduction to the use of Rational Self-Counseling techniques as a self-help way to better living.

---------. and Hendricks, Ailie. *You and Your Emotions* Lexington: Rational Self-Help Books, 1977.

This is a very simple introduction to Dr. Maultsby's techniques as of Rational Self-Counceling.

Miller, Sherod; Nunnally, Elam W.; and Wachman, Daniel B. *Alive and Aware.* Minneapolis; Interpersonal Communication Programs, 1975.

A popular guide to better communication between couples. The same techniques are applicable to the whole family in terms of effective communication.

Nutt, Grady. *Family Time.* Million Dollar Round Table, 2340 River Road,Des Plaines,IL 60018;1977. *A popular guide to family building through family activities.*

Powell, John. *Fully Human, Fully Alive.* Niles: Argues Communications, 1976.

A popular book on self-help techniquesby a very popular auther.

--------. *Why Am I Afraid to You Who I Am.* Niles: Communications, 1969.

A popular book on communication and intimacy with self-help techniques.

Satire, Virginia. *Making Contact.* Millbrae: Celestial Arts, 1976.

A brief, easy-to-read book on communication and relationships.

-------. *Peoplemaking.* Palo Alto, Calif,; Science and Behavior Books, 1972.

A somewhat technical book on families and development of healthy families by one of the leading family therapists in America.

Simon, Sidney B. *Caring, Feeling, Touching*. Niles: Argres Communications, 1976.

A good book, easy to read, on Touching in human relationships; with exercises..

-------. *Vulture: A Modern Allegory on the Act of Putting Oneself Down*. Niles: Argues Communications, 1977.

A fun little book with good illustrations on the whole business of self-esteem.

York, Phyllis and David. *Toughlove: A Self-Help Manual for Parents Troubled by Teenage Behavior*. Sellersville: Community Service Foundation, 1980.

A manual for parents' self-help groups whose kids are already in trouble, assisting parents to draw bottom lines for behavior.

